शुभसंग्रह

भाग पहेलो

ખાસ ઉપયોગી ૯૬ લેખો

આવૃત્તિ ચોથી, પ્રત ૫૩૦૦, કુલ પ્રત ૨૧૬૦૦, સ. ૧૯૮૪

सस्तुं साहित्य वर्धक कार्यालय तरफथी

સંપાદક અને પ્રકાશક. ભિક્ષુ–અખંડાનંદ

અમદાવાદ અને મુંબઈ–૨

મૂલ્ય ૦I, પાંચ પ્રતનો ૧)

પ્રત્યેક વાંચનારને સૂચના



આ પુસ્તકમાંની જે જે હકીકતો તમને વ્યાજબી લાગે તે તે મુજબ વર્તવા કાળજી રાખશો, તો તેથી તમને લાભજ થશે.

આવા પુસ્તકો વાચ્યા પછી ઘરના તેમજ બહારના અન્ય સજ્જનોને તે વાચવા આપશો, કે વાચી સંભળાવશો; એટલી તમે લોકસેવા બજાવી-એમ સમજશો.

આ "શુભસંગ્રહ"ના બીજા ભાગો પણ આવા ને આવા ખાસ ઉપયોગી લેખોથી ભરપૂર હોઇ તે દરેકનું કદ ૬॥ × ૧૦, તથા પાકાં પૂઠા સાથે તેનું મૂલ્ય નીચે મુજબ છે.-

શુભસંગ્રહ-ભાગ બીજો-પૃષ્ઠ ૫૯૨ ... મૂલ્ય ૨॥
શુભસંગ્રહ-ભાગ ત્રીજો- „ ૪૩૨ ... „ ૧॥
શુભસંગ્રહ-ભાગ ચોથો-છપાય છે. તે ૧૯૮૫ના શિયાળામાં નીકળશે.
શુભસંગ્રહ-વધુ ભાગો-દર વર્ષે એકાદ નીકળશે.

અમદાવાદ-'સસ્તુ સાહિત્ય મુદ્રણાલય'માં
ભિક્ષુ-અખંડાનંદના પ્રબંધથી મુદ્રિત

નિવેદન

પહેલી આવૃત્તિ વખતે આ ગ્રંથની ચારેક હજાર પ્રત વિવિધ ગ્રંથમાળાના ગ્રાહકોને ૧૯૮૨ ના અધિક ચૈત્રના અધિક અંકતરીકે અપાઇ હતી. ઉપરાત બીજી તેટલી પ્રત એક ઉદાર સજ્જન-કે જેમણે પોતાના નામઠામ આપવાની ના કહી હતી તેમના ખર્ચથી અન્ય સજ્જનોને પણ વિનામૂલ્યે અપાઇ હતી. એ ઉપરાત ત્રણ હજાર પ્રત બીજી આવૃત્તિરૂપે ભેગાભેગી નીકળેલી, તે પણ તુરતમાં ખપી ગઇ પુષ્કળ માગણી થવાથી ત્રીજી આવૃત્તિ પાચ હજાર પ્રતરૂપે છપાઇ હતી અને તે પણ ખપી જવાથી આ ચોથી આવૃત્તિ છપાઇ છે.

આ પુસ્તકદ્વારા રજુ થયેલા ટુંકા, પરંતુ હિતાવહ લેખોની સાથે, તે તે લેખકોના નામ તેમજ જે માસિકો, વર્તમાનપત્રો વગેરે ઉપરથી તે લેવાયલા, તેઓના પણ નામ બનતાસુધી અપાયા છેજ. આ સ્થળે તે તે તમામ લેખક તેમજ તેના સપાદક અને પ્રકાશક મહાશયોનો સપ્રેમ આભાર માનીએ છીએ.

આષાઢ-૧૯૮૪ ભિક્ષુ-અખંડાનંદ

શુદ્ધિપત્ર

પૃષ્ઠ	પંક્તિ	અશુદ્ધ	શુદ્ધ
૩	૧૦	વિદ્યાથીની	વિદ્યાર્થીની
૯	૧૬	આભ	આભા
૧૨૯	૨૪	તૂટયા	ખૂટયા
૧૫૫	૨૪	પ્રાથના	પ્રાર્થના

ग्रंथवांचनना फायदा

यस्यास्ति सद्ग्रन्थविमर्शभाग्यं किं तस्य शुष्कैश्चपलाविनोदैः।

અર્થાત્—જેના ભાગ્યમા સારા સારા ગ્રંથો વાચવાવિચારવાના હોય તેના આગળ ચચળ લક્ષ્મીના શુષ્ક વિનોદ શી ગણત્રીમા છે?

મહાત્મા ગાંધીજી લખેછે કે:—"પુસ્તકોમા હુ ગુંથાયલો રહી શકતો તેથી મને બે માસ વધારે જેલ મળત તોપણ હુ કાયર નહિ થાત; એટલુજ નહિ પણ મારા જ્ઞાનમા ઉપયોગી વધારો કરી શકવાથી હુ ઉલટો વધારે સુખચેનમા રહેત. હુ માનું છું કે, જેને સારાં પુસ્તકો વાચવાનો શોખ છે; તે ગમે તે જગ્યાએ એકાતવાસ સહેલાઇથી વેઠી શકે છે. × × એક પછી બીજુ, એમ પુસ્તકો વાચતા છેવટે તમે અ તર વિચાર પણ કરી શકશો."

સ્વ૦ પઢિયાર લખે છે કે "બધુઓ! સારા પુસ્તકો એટલે શુ એ તમે જાણો છો? સારા પુસ્તકોની કિમત તમે સમજો છો? ભાઈ! હજી આપણે એ નથી સમજતા જો સમજતા હોઇએ તો આપણી હાલત આવી ન હોય મને તો લાગે છે કે, જ્ઞાન એ આકાશ છે અને પુસ્તકો એ તેમા શોભી રહેલા ચળકતા તારાઓ છે, જ્ઞાન એ સમુદ્રનો લાભ લઇ શકાય તેવા વહાણો છે, જ્ઞાન એ સૂર્ય છે અને આપણા ઘરમા આવી શકે એવો તેનો પ્રકાશ તે પુસ્તકો છે; જ્ઞાન એ સોનાની ખાણ છે, અને પુસ્તકો તે તેમાથી બનાવેલા આપણને બધબેસતા થાય તેવા દાગીના છે, જ્ઞાન એ મોટામાં મોટી કિમતી નોટો છે, અને પુસ્તકો તે આપણા રોજના ઉપયોગમા આવી શકે એવા ચલણી સિક્કાઓ છે; જ્ઞાન વાયુ છે, અને પુસ્તકો તે એ વાયુને ખેંચી લાવી ઠડક આપનાર પખાઓ છે. જ્ઞાન એ અગ્નિ છે અને પુસ્તકો તે એ અગ્નિથી પ્રકટાવેલા દીવા છે; જ્ઞાન એ પૃથ્વી છે અને પુસ્તકો તે આપણને રહેવાલાયક મકાનો છે, જ્ઞાન તે અનાજનો ભડાર છે, અને પુસ્તકો તે રોટલા છે; જ્ઞાન તે મેઘ છે, અને પુસ્તકો તે આપણા ઘરમાં રહી શકે તેવા પાણી ભરેલાં માટલા છે; અને જ્ઞાન તે સર્વશક્તિમાન પરમાત્મા છે, અને પુસ્તકો તે એનો રસ્તો દેખાડનાર પૂજનીય દેવો છે."

ઉત્તમ જીવનચરિત્રોનો મહિમા

(અનેક અનુભવીઓના ઉદ્‌ગાર)

"જીવનચરિત્ર એ એક પ્રકારનું દર્પણ છે જેમ અરીસામાં મનુષ્ય પોતાની મુખાકૃતિમાં ખાંપણ જુએ છે, ત્યારે તે ખાપણને કાઢી નાખવા અને કાંતિમા વધારો કરવામાટે પ્રયત્ન કરે છે, તેમ ચરિત્રરૂપી આરસી-થી પોતાના સ્વભાવમાં વળગેલા ભૂષણદૂષણ–ગુણદોષ તેના જોવામાં આવે છે અને તેમ થતાં દૂષણનો ક્ષય અને ભૂષણમા વૃદ્ધિ કરવાને તે જાગ્રત થાય છે. વળી જે કામ ઉપદેશ અથવા બોધ કરવાથી નથી બનતું, તે કામ જીવનચરિત્ર સહેલાઇથી પાર પાડી શકે છે અતિ શ્રમ લઈ વિદ્યા ભણો, દેશાટન કરો, સ્વદેશહિતેચ્છુ થાઓ, પ્રેમશૌર્ય દાખવો, એવા એવા ઉપદેશો મુખે અથવા પુસ્તકદ્વારા કરવાથી જેવી અને જેટલી અસર થાય છે, તેના કરતાં એવા ગુણોથી અંકિત થઇ પ્રખ્યાતિમાં આવેલા મહા-પુરુષોનાં ચરિત્ર વાચી સમજવાથી અધિક અસર થાય છે. વાચનારના સ્મરણસ્થાનમા તેની આબાદ ઉંડી છાપ પડે છે અને પછી તે તેને અનુસરીને ઉત્તેજિત થઇને બહાર પડે છે"

"ઉત્તમ ચરિત્રો તેના વાચકને બતાવી આપે છે કે, એક સામાન્ય મનુષ્ય પણ પોતાનું જીવન કેટલી હદસુધી ઉત્તમ બનાવી શકે તથા કેવાં ઉચ્ચ કાર્ય કરી શકે અને જગતમા કેટલી બધી સારી અસરો ફેલાવી શકે."

"ચરિત્રોના વાચનથી આપણું ચૈતન્ય સતેજ થાય છે, આપણી આશામા જીવન આવે છે; આપણામાં નવું કૌવત, હિંમત અને શ્રદ્ધા આવે છે. આપણે આપણા ઉપર તેમજ બીજાઓ ઉપર શ્રદ્ધા રાખીએ છીએ, આપણામાં મહત્ત્વાકાંક્ષા જાગે છે, આપણે રૂડાં કાર્યોમાં જોડાઇએ છીએ અને મોટાઓનાં કામોમાં તેમની સાથે હિસ્સેદાર થવાને ઉશ્કેરાઇએ છીએ. આ પ્રમાણે જીવનચરિત્રોના સહવાસમાં રહેવું, જીવવું અને તેમાંના દાખલાઓ જોઇને સ્ફૂર્તિમાન થવું, એ તે તે ઉત્તમ આત્માઓના સમાગમમાં આવવા બરાબર અને ઉત્તમ મંડળમાં સહવાસ કરવા બરાબર છે."



अनुक्रमणिका



शुभसंग्रह-भाग १ लो



૧—ઓ હિંદુઓ ! તમે સાંભળો.

(મહાત્મા ગાધીજીના ભાષણમાથી–"સૌરાષ્ટ્ર" તા ૯–૮–૨૫)

આપણી મનોહર ધરતી ઉપર વસતી તમામ જાત અને કોમ વચ્ચે બધુતા, એને હું હિંદુમુસ્લીમ એકતા કહુ છું. એ બધુતા આપણે હાથે બધાવી શું અશક્ય છે? એ કાર્યક્રમ શું અનિષ્ટ છે? પણ મેં તો એ વાતમા હાથ ધોઇ નાખ્યા છે. મે તો જાહેરાત કરી દીધી છે કે, આ દર્દની દવા કરનાર વૈદ્યતરીકે હું નાપાસ પડયો છુ. હિંદુ અગર મુસલમાન કોઇ પણ મારી ઔષધિ સ્વીકારવાને તૈયાર નથી; એટલે આ વિષયનું નામમાત્ર લઇ હુ ચૂપ થઇ જાઉ છું હું એટલુજ કહેવા માગું છુ કે, જો આપણી આ ભૂમિનો ઉદ્ધાર કરવાની આપણી ઇચ્છા હોય તો આપણે બન્નેએ એક થયેજ છૂટકો છે, અને આપણે લલાટે જો એવુંજ લખાયું હોય કે, આપણે એકબીજાના લોહી વહેવડાવ્યાસિવાય ભેટવાનાજ નથી, તો તો હું કહુ છું કે, એ લડાઇ કાલ થતી હોય તો આજે થાવ અને જલદી થાવ. જો આપણે એકબીજાનાં માથાજ કાપવા છે તો ચાલો, એ કામ મરદાનગીને શોભે તે પ્રમાણે આપણે કરીએ તો તો એકબીજાને માટે ખોટાં આસુ પાડવાના છોડી દઇએ, એકબીજાની સહાનુભૂતિ માગવાનુ છોડી દઇએ.

અને અસ્પૃશ્યતાના શાપમાથી હિંદુનો છૂટકારો કરવો એ શું અનતકાળ ચાલે એવો અગર તો અશકય કાર્યક્રમ છે? હિંદુના એ સુદર વદન ઉપર જ્યાસુધી અસ્પૃશ્યતાનું કલક ચોટયું છે, ત્યાસુધી સ્વરાજપ્રાપ્તિ એ છેકજ અશક્ય વસ્તુ છે, એમ હુ દાઢી પીટીને કહું છું. કદાચ ડાઉનીંગ સ્ટ્રીટથી સ્વરાજની ભેટનુ પાર્સલ હિંદુસ્તાનમા આવી પહોચે, તોપણ જ્યાસુધી આ શાપનુ નિવારણ નથી થયું, ત્યાસુધી એ ભેટ એ ઝેર છે. અસ્પૃશ્યતાનિવારણના પછીના પગલા શા છે? ઓ સનાતની હિંદુઓ! તમારાજ એક સનાતની હિંદુના મોઢાના આ શબ્દો સાભળો **અસ્પૃશ્યોની સાથે ખાવાપીવાનો વહેવાર રાખવાનું હું નથી કહેતો. અસ્પૃશ્યોની સાથે બેટાબેટીનો વહેવાર કરવાનું હું નથી કહેતો;** પણ એટલુંજ કહુ છું કે, તમારી સેવા એ ઉઠાવે તો તમે પણ એને તમારી નજીક રાખો એને તમારાથી અસ્પૃશ્ય ન રાખો ધર્મને નામે વર્ષો થયા-આપણે એને બેડીમાં રાખ્યા છે અને આપણી એ સેવા ઉઠાવે છે. સેવા કરનારનો એ અધિકાર છે કે, એને આપણે આપણાથી અસ્પૃશ્ય ન બનાવીએ. કલકત્તાના ઓ હિંદુઓ! તમે સાંભળો! હિંદુધર્મ આજે તોળાઈ રહ્યો છે અને તમે અસ્પૃશ્યોનો ઉદ્ધાર નહિ કરો તો એનુ છાબડુ બેસી જવાનું છે

૨—તમારાં બાળકોમાટે ઉત્તમ શિક્ષણ

જાપાનમા નિશાળે ભણતા પ્રત્યેક બાળક સાથે નીચલા ભાવની વાતચીત શિક્ષક અને વિદ્યાર્થીઓ વચ્ચે એકાદ વખત પણ થાય છેજ

શિક્ષક:–તુ આવડો મોટો શાથી થયો?

વિદ્યાર્થી:–ખોરાક ખાવાથી.

શિક્ષક–એ ખોરાક ક્યાથી ઉત્પન્ન થયો?

વિદ્યાર્થી:–આપણા દેશ–જાપાનની જમીનમાથી.

શિક્ષક:–વારૂ, ત્યારે તો તારૂ શરીર જાપાનનીજ ભૂમિમાથી

ઉત્પન્ન થયું છે અને એનાથીજ એનું પાલનપોષણ થાય છે માતાપિતાવડે એ પેદા થયું છે તોપણ એ માતાપિતાની શક્તિ પણ જાપાનની બહારની તો નથીજને ?

વિદ્યાર્થીઃ—નાજી.

શિક્ષકઃ—ત્યારે તો જાપાનને—આપણી માતૃભૂમિને પૂરેપૂરો અધિકાર છે કે જ્યારે યોગ્ય લાગે ત્યારે તારૂં શરીર એના ઉપયોગને માટે લઇ લે !

વિદ્યાર્થી—જી હા, એ વખતે મારૂં કોઇ પણ બહાનું ચાલેજ નહિ.

એટલીજ વાતચીતથી માતૃભૂમિમાટે પ્રાણસમર્પણ કરવાનો ભાવ જાપાનીસ વિદ્યાથીની નસેનસમા પ્રવેશ કરી જાય છે.

ખરેખર ધન્ય છે એ નાના નાના બાળકોને કે જેમની બુદ્ધિમા બચપણથીજ આવી મહત્ત્વની વાત ઠસાવવામા આવે છે, ઠસી જાય છે અને આચરણમા ઉતરવા માડે છે ! આપણા દેશમા તો એક બાજુ વિદ્વાન પંડિતજી અને બીજી બાજુ આલિમ ફાજિલ મોલવી સાહેબ, શતાબ્દીઓ વીતી ગઈ તોપણ એટલુ વ્યાવહારિક સત્ય નથી સમજ્યા કે આપણે **હિંદુ અને મુસલમાન એકજ માતા-(ભારત)નાં સંતાનો છીએ અને એકજ માતાનું દૂધ (અન્ન) પીએ છીએ એટલા માટે સગા ભાઇઓજ છીએ.**

૩—સાગર ઓળંગવાનો સેતુ

("નવયુગ"—શ્રી વસવાણીના લેખમાથી)

હિંદુસ્તાને ઘણીએ ગાઢ નિદ્રા લીધી છે, પણ આજે તે જાગે છે. એની આખ જ્યારે ચેતનથી વિકસશે, એનુ હૃદય જ્યારે આત્મજ્ઞાનથી ઝળહળશે ને એને જ્યારે સ્વરૂપનુ આત્મભાન આવશે, ત્યારે સ્વરાજ એની હથેળીમા હશે આજે એની જાગૃતિમા ઉણપ રહી છે, આજે હજી ગ્રામ્યપ્રવેશ અધુરો રહ્યો છે. ગામેગામ રાષ્ટ્રનો સદેશ ફરી વળવો જોઇએ, ગામેગામ કુમારોના સૈન્યોએ રાવટીઓ નાખવી

જોઇએ. એ કુમારોની સેના બોલે તે પહેલા વિચાર કરે. ભૂતકાળમાં હિંદની કયી દશા હતી અને આજે એની શી દશા થઈ છે, એ બધું ડેરા ઠોકનારાઓએ જાણી લેવુ જોઇએ. આજની અધોગતિનું મૂળકારણ તેમણે શોધવું જોઇએ 'સ્વદેશી'થી આપણી આઝાદીની લડતને કેવો ને કેટલો વેગ મળી શકે છે, એ દરેકે સમજી લેવાનું છે. સામ્રાજ્યવાદની છાતીમા પ્રજાઓને ચૂસીને એકઠું કરેલુ લોહી ધબકે છે. આપણે એક વખત આર્થિક શોષણને અટકાવી શકીએ તો સામ્રાજ્યવાદ આપણી આગળ પાગળો થઈ પડે નાના ગૃહઉદ્યોગોના વિકાસમા જનતાનો ઉદય છે ને એ વિકાસ હિંદુસ્તાનને બ્રિટિશ સામ્રાજ્યવાદના જડબામાથી છોડાવે છે

આત્મજ્ઞાન આવશે ત્યારે શ્રદ્ધા જન્મશે. આજે હિંદમા તો ભયની ધ્રુજારી ચાલી રહી છે. એક અધિકારી પણ ગામડીઆઓને થથરાવે છે, એક પોલીસ પણ ગામડીઆઓને થથરાવે છે; એક પોલીસ પણ પટેલને દબડાવે છે અને માડ માંડ જીવન ખેચતા ખેડૂતને ત્રાસથી પોતાની મજુરીમાથી ભાગ આપવો પડે છે. આજે એકે એક ખાતામા લાચની ભ્રષ્ટતા પેઠી છે. લોકોમા હિંમત નથી કે તેઓ લાચરૂશ્વત આપવાની ના ભણી શકે. લોકો તો પોલીસોને-અધિકારીઓને સર્વશક્તિમાન લેખે છે; અને આ બીકને લીધે તેઓ દીનને મારે છે. યુવકોએ તો વીરતાનો સંદેશ આપવાનો છે ને બીરુતાને ભગાડવાની છે

શ્રીરામચંદ્રજી કહે છે કે, જનની ને જન્મભૂમિ તો સ્વર્ગથીએ ગરવા છે. ઋષિસંતાનોને જન્મ દેનારી હિંદની પુણ્યભૂમિ શુ જગદ્‌ગુરુ નહિ બની શકે? હિંદમા શ્રદ્ધા મૂકો, એના ભાવિમા વિશ્વાસ રાખો. જેટલી શ્રદ્ધા હશે તેટલી વીરતા હશે. જે જ્ઞાનમા પારકાની નિષ્કાળજી છે, તે જ્ઞાનમા ભીતિની ભીતો છે ને તેથી તમારા અંતરમા પ્રેમ રાખજો, ધિક્કાર રાખજો મા ! વીર હનુમાનને હિંદ તો અભણુ લેખે છે. તેણે પુસ્તકો નથી વાચ્યા, પણ એનામા જ્ઞાનપ્રકાશ હતો ને શ્રદ્ધાજ્યોત હતી. એણે સાગર ઓળગ્યો, ત્યારે એનામા ભય

નહોતો એણે તો શ્રદ્ધાના ચેતનબળથી સેતુ બાધ્યો, પત્થરે પત્થરે એણે રામનામની આસ્થા ઉતારી અને રામલક્ષ્મણની બેલડીએ લંકામા લશ્કર દોર્યુ, ત્યારે આ સાગરને આપણે કા ન ઓળંગીએ ? કા હનુમાનની શ્રદ્ધાથી સેતુ ન બાધીએ ? અને બાધીશુ ત્યારે સ્વરાજ આપણુ છે

૪—વટાળવાના ખ્રિસ્તીઓના પ્રયત્નો

(દૈનિક "હિંદુસ્થાન"માથી)

વરતેજથી ભાઈ મૂળચંદ પારેખ નીચે પ્રમાણે લખી જણાવે છે:—

હિંદુસ્થાનની વસ્તીનો લગભગ પાચમો ભાગ એટલે ૭ કરોડ મનુષ્યો અસ્પૃશ્ય ગણાય છે. આમાનો મોટો ભાગ દક્ષિણ હિંદુસ્થાનમા છે. ઉચ્ચ જ્ઞાતિના બંધુઓ તેમનો સ્પર્શ કરતા નથી, સ્પર્શ કરવામા પાપ માને છે. પૂજ્ય મહાત્મા ગાધીજીને આ દશ્ય અસહ્ય લાગવાથી તેઓશ્રીએ અસ્પૃશ્યોદ્ધારનુ કામ હાથ ધર્યું. આ કાર્યને સનાતનીઓએ વખોડી કાઢ્યુ તેથી તેઓ પૂ૦ ગાધીજીની વિરુદ્ધ વર્તન કરવા લાગ્યા પરિણામે ખ્રિસ્તી મીશનરીઓ, જે હિંદુધર્મ પાળતા અંત્યજોને ખ્રિસ્તી બનાવવાનુ કામ કરતા હતા તે પગભર થયા.

ખ્રિસ્તી મીશનરીઓના પ્રયત્નો

મીશનરીઓએ ક્રાઈસ્ટને નામે ૭ કરોડ અસ્પૃશ્યોની ઉન્નતિ કરવાનુ જાહેર કરી તે કામ આજે ઘણા વર્ષ થયા હાથ ધર્યું છે પૈસાની મદદ તેમને યૂરોપ—અમેરિકામાથી થોકબંધ મળે છે, કારણ કે પોતાના ધર્મમા એક પણ માણસની વૃદ્ધિ થાય તેમા પુણ્ય મનાય છે, તેથી આ પુણ્યના કામમા પૂરતી મદદ વિલાયતની સરકાર તથા ત્યાની પ્રજા કરે છે બે દિવસ પહેલાજ નવમારીના મીશન ખાતાને અમેરિકાથી પાચ હજાર ડૉલર(લગભગ સોળ હજાર રૂપિયા)નો ચૅક આ કાર્યના પ્રચારમાટે મળ્યાનુ સાભળ્યુ છે

મદ્રાસ ઈલાકામા એક મીશનરી સસ્થા છે, કે જેમા ૧,૨૦,૦૦૦

ખ્રિસ્તી થઇ ગયેલા અસ્પૃશ્યો છે. આ સંસ્થા તરફથી ૧૦૦૦ પ્રાથમિક શાળાઓ, તેર આશ્રમો, બે હાઇસ્કૂલો અને એક કૉલેજ ચલાવવામા આવે છે, એકદર ૨૪૦૦૦ ખ્રિસ્તી થયેલા અસ્પૃશ્યોને કેળવણી આપે છે દર વર્ષે ૧૨૦૦૦ નવા અસ્પૃશ્યોને ખ્રિસ્તી બનાવે છે. આ સસ્થામા મોટે ભાગે બધા ખ્રિસ્તી થઇ ગયેલા અસ્પૃશ્યોજ કામ કરે છે. તેમા ૮૦ અસ્પૃશ્ય ખ્રિસ્તી પાદરીઓ છે, જે બીજા અસ્પૃશ્યોને વટાળવાનુ કામ કરે છે. ઉપરની હકીકત તો માત્ર મદ્રાસ ઇલાકાની એકજ સસ્થાની છે. આવી રીતે બીજી પણ અનેક સસ્થાઓ મુબઇ ઇલાકામા, બગાળામા, પજાબમા વગેરે સ્થળે કામ કરતી હશે.

સનાતનીઓએ ચેતવાની જરૂર છે.

આવી રીતે એકજ પ્રાતમા દર વર્ષે આપણા ૧૨૦૦૦ હિંદુભાઇઓ–એકજ પિતાના પુત્રો–આપણાજ વર્તનથી ખ્રિસ્તી થઈ જાય છે ! હિંદુસ્થાન આખામા તો લાખોની સખ્યાને વટલાવતા હશે, ત્યારે હજુ પણ શુ સનાતનીઓ અસ્પૃશ્યોનો વિરોધ કરી આ હલકી ગણાતી કોમની ઉન્નતિને માટે કાંઈ પ્રયત્નો નહિ કરે ?

શાળા અને આશ્રમોની જરૂર

અસ્પૃશ્યોના ઉદ્ધારમાટે આપણી દિલસોજી ન હોવાથી અને આપણે તેમને હડધૂત કરતા હોવાથી તેઓ મીશનરીઓની નિશાળો અને આશ્રમોમા દાખલ થઇ ખ્રિસ્તી થઈ જાય છે. આપણે આપણા રામ અને કૃષ્ણને ભજનાર ભાઇઓને બીજા ધર્મમા વટલાતા અટકાવવા હોય તો સનાતનીઓ તેમજ દરેક ચુસ્ત હિદુની ફરજ છે કે, તેઓએ અત્યજશાળા તથા આશ્રમો સ્થાપવા અને તેવી સસ્થાઓ હોય તેને પૂરતી મદદ આપવી કે જેથી તે સસ્થામા અસ્પૃશ્યો કેળવણી લઈ ખ્રિસ્તી નિશાળો અને આશ્રમોમા જતા અટકે અને હિદુ ધર્મ પાળી શકે.

સ્વધર્મરક્ષા અને સ્વરાજ્ય

સનાતનીઓના અત્યજપ્રત્યેના વિરુદ્ધ વર્તનને લીધે હિંદુધર્મની રક્ષા થવાને બદલે ધર્મનો ક્ષય થતો જાય છે. આ અંત્યજ જો

હિંદુધર્મ છોડી ખ્રિસ્તી કે મુસલમાનધર્મી થઇ જાય છે, તો પછી આપણી સાથે તેઓ છૂટથી હળી મળી શકે છે સારી કેળવણી પામેલા આવા વટલેલા અંત્યજ ભાઇઓ તો આપણી ઉપર અમલદાર પણ થઇ આવે છે અને શેઠાઇ ભોગવે છે, જે આપણે મૂગે મોઢે સહન કરીએ છીએ. હિંદુ ધર્મ છોડવાની ફરજ આપણે તેઓને આપણા પોતાના વર્તનથીજ પાડીએ છીએ. આડકતરી રીતે આપણે આપણા પોતાના ધર્મનો ક્ષય કરીએ છીએ.

આપણે સ્વરાજની વાતો કરીએ છીએ; પરંતુ આ મીશનરીઓ અંત્યજની સેવા કરી તેને પોતાના કરી તેઓને એવી રીતે તૈયાર કરે છે અને સરકાર પાસે કહેવરાવે છે કે, અમારે સરકારનું રાજ્ય જોઇએ છીએ, હિંદુઓનુ રાજ્ય અમારે નથી જોઇતુ. આનો સાક્ષાત્ દાખલો પ્રિન્સની હિંદુસ્તાનની મુલાકાત વખતે જ્યારે તેમની મુલાકાતનો બધાએ બહિષ્કાર કર્યો હતો ત્યારે મીશનરીઓએ અસ્પૃશ્યોની એક કૉન્ફરન્સ દિલ્હીમા તે સમયે બોલાવી, જ્યા ૩૦,૦૦૦ (ત્રીસ હજાર) અસ્પૃશ્યોને એકઠા કર્યા અને પ્રિન્સને ઉપર મુજબ સંદેશો અપાવ્યો. આવી રીતે આપણા ધર્મનું છેદન ઉઘાડી રીતે થયા કરે છે, આપણે સવેળા ચેતવાની જરૂર છે. અંત્યજોના સ્પર્શ માટે વાધો હોયજ નહિ, છતા કોઇને વાધો હોય તો તેઓ પણ અંત્યજોદ્ધારના કામમા તન, મન અને ધનની મદદ કરી શકે છે, પછી સ્નાન કરી દેહશુદ્ધિ કરી શકે છે. અંત્યજવિરુદ્ધની ચળવળથી નક્કી હિંદુધર્મનો ક્ષય થતો જાય છે અને થતો જશે. તે થતુ અટકાવવુ તે દરેકે દરેક હિંદુની ફરજ છે.

૫—નોવેલો અને કાલ્પનિક કથાઓ

(લેખક—મણિલાલ ચુનીલાલ ભટ્ટ; "ગુજરાતી" તા ૨૧–૨–૨૬)

હાલમા નોવેલો અને કાલ્પનિક કથાઓનુ વાચન અધિક પ્રમાણમા નજરે પડે છે અને તે વિશેપ પ્રમાણમા છોકરાઓ અને યુવાનોમા

જોવામા આવે છે.

કેટલાક ગ્રંથકર્તૃત્વપદાભિલાષી તેમજ અન્ય જનો નોવેલો અને કલ્પિત વાર્તાઓ બહાર પાડે છે; અને તેનો મોટો સમુદાય મદન અને સ્ત્રીવિષયક વસ્તુથી ભરેલો હોય છે. એવા વાચનથી કેટલાક અવિચારી યુવાનો અને છોકરાઓ પોતાનું શ્રેય નહિ સમજી અનીતિના ગર્તમા ઉતરી પડી શારીરિક તથા માનસિક શક્તિની અને ધનની ખરાબી કરે છે.

સુશિક્ષિત પુરુષો અને સ્ત્રીઓએ પોતાના છોકરાઓને એવા વાચનથી દૂર રાખવાં જોઇએ. યુવાનોએ પણ સમજવુ જોઇએ કે, 'એવા વાચનથી આપણા મન અને નીતિ ઉપર ખરાબ અસર થાય છે, માટે ઉત્તમ પુસ્તકોનુ વાચન રાખો, કે જેથી તમે ઐહિક તેમજ પારલૌકિક શ્રેય સાધી શકશો. ઇતિ શમ્.

૬—હસવું એટલે શું?

("પ્રજામિત્ર અને પારસી" ઉપરથી)

હસતો ચહેરો કોને પસદ પડતો નથી? દરેક જણ બળિયલ અને કુજરા ચહેરાને બદલે હસતો અને આનંદી ચહેરો જોવા માગે છે જેઓ આનદી તદુરસ્તી ધરાવે છે, તેઓ સદા હસ હસ કરે છે. બિમારો અને પોતાની તબિયત બગડી જતી હોવાનો વહેમ રાખનારાઓજ ખુદાની કિમતી બક્ષીસરૂપ હસવાથી અને આનંદી સ્વભાવથી દૂર રહે છે. હસતા રહેવાથી અનેક લાભો થાય છે. એક પ્રખ્યાત જર્મન તબીબ કહે છે કે, હસવાથી શરીરમાનું લોહી ગરમ રહે છે, હસવાથી આપણી નાડ બરાબર નિયમિત ચાલે છે, હસવાથી આપણા બરડાનો કાંઠો મજબૂત બને છે અને હસવાથી તનમા તાજી હિંમત આવે છે. હસવું જીવનશક્તિમા વધારો કરે છે. ખુશાલી અને આનંદી સ્વભાવ ચેતનશક્તિ વધારે. છે. હસવું અને હસમુખો સ્વભાવ શરીર અને આત્માને મજબૂત અને તંદુરસ્ત રાખે છે. હસવુ એ જીંદગીમાટે ખાસ જરૂરી છે. તદુરસ્તી અને સુખનો આધારજ હસવું છે. હસવું એ

એક પ્રકારની શક્તિ વધારનારો ઇલાજ છે એક તબીબ તો આગળ વધીને કહે છે કે, ખોરાક કરતા પણ હસવુ વધારે ઉપયોગી છે.

૭—જંજીરને ઝણકારે !

("ગાંડીવ" તા. ૧૩–૧૨–૨૫ માથી. લેખક–વિનાયક સાવરકર)

(વિનાયક સાવરકર અને ગણેશ સાવરકરના નામ કોણે નથી સાંભળ્યા ? ગણેશપત્ની સ્વ યશોદાબાઇને પોતાના હૃદયદેવનો સારા જીવનમાટે વિયોગ થયો હતો પોતાની ગોદમાં ઉછરેલો એક દિયર બાલ પણ સરકારની જંજીરોમાં જકડાયો હતો, પણ પ્રેમઘેલી ભાભીને કાજે ઘનઘોર આકાશમા એક તારલીઓ ચમકતો હતો બેરીસ્ટર થઇને બીજો દિયર વિનાયક વિલાયતથી આવશે અને જીવનમા ઉલ્લાસની કઈક રેખાઓ આકશે, એવી તેને આશા હતી, પરતુ ૧૯૧૦ ના માર્ચમા છવ્વીસ વરસની નાજુક ઉમરે વિનાયક પણ વિલાયતમાં ગિરફતાર થયો પોતાની પરહેજના સમાચાર વિનાયકે ભાભીને મરાઠી કાવ્યરૂપે મોકલ્યા તે કાવ્ય આ—)

"વૈશાખનો ચંદ્ર આકાશમા મીઠું મીઠું હસી રહ્યો છે. સફેદ ચદ્રિકા ઇમારતોપર આભ પ્રસારી રહી છે. જાઇ ફૂલની જે વેલડીને "બાલે" જાતે જળ સિંચેલા, તે પોતાના નાનકડા ફૂલોના મઘમઘાટથી મહેકી રહી હતી બધા સગાવહાલા ઘેર આવ્યા હતા. મારૂ ઘર જાણે ગોકળીઉં બની રહ્યુ હતું. એ નવજવાનોનુ દેશઘેલાપણુ, પવિત્રતા અને આત્મત્યાગની પ્રતિભા જોઇ કીર્તિસુદરી પણ થનથન નાચી રહી હતી. જુવાનીના નવલોહીઆળા પ્રાણ હૃદયપુષ્પને પ્રકટાવી રહ્યા હતા–તેની સુવાસ વહાવી રહ્યા હતા ગામના લોકો જેને ધર્મશાળા કહેતા, તે એ ધામ દિવ્ય ફૂલવેલોથી બગીચા જેવું બની રહ્યુ હતુ. એ વેળા મારી વહાલી ભાભી ! તારા પ્રેમને રમે રસાળતાથી ઉભરાતુ ભોજન તુ બનાવતી હતી વાતોને હિંચકે હિચતા અમે ચાદરણામા ભોજન કરી રહ્યા હતા કદી કદી શ્રીરામચદ્રના વનવાસનુ પુરાણ ઉકેલાતું–બીજીજ પળે ઇટાલિ દેશની સ્વતંત્રતાનો ઇતિહાસ કોઇ ઉપાડતું–વીર

તાનાજીના અદ્દભુત શૌર્યગીત લલકારાતા, અથવા તો ચિતોડગઢ કે પૂનાના શનિવારવાડાનો મહિમા ગવાતો ! એ વેળા મારી માતૃભૂમિ ગુલામીની બેડીઓમા જકડાયલી, દુશ્મનોના તીરથી છિન્નભિન્ન થયેલી મારી અનાથ હિંદમૈયા પણ સાભરતી, અને તેના દુ ખથી હૈયામા ચિરાડા પડતા તેની મુક્તિને કાજે મારા ભાઇને હુ ઉપદેશ દેતો.

પ્યારી ભાભી ! એ રમ્ય સમય, એ સગાઓનો મીઠડો સહવાસ, એ ચદ્રપ્રકાશ, એ નવનવી કથાઓ, એ સ્મરણીય રાતો, દેશમાતાને મુક્ત કરવાનો દિવ્ય ઉલ્લાસ અને તેને પૂર્ણ કરવાને કરેલી ઉગ્ર પ્રતિજ્ઞાઓ–સાભરે છે? સાભરે છે, મારી ભાભી !

સાભરે છે, ભાભી ! એ વેળા યુવકસઘ પોકારતો, અમે "બાજી પ્રભુ" થશુ. યુવતીઓ સગર્વ મસ્તક ડોલાવી કહેતી–અમે ચિતોડની વીરાગનાઓ બનીશુ ! એ વ્રત, માડી ! અધવૃત્તિથી નહોતા લેવાયા ! એ દિવ્ય જ્વાળામા પ્રજળવાનું સતીવ્રત, અમે જાણી–સમજીને સ્વીકારેલુ

દેવિ ! પ્રિયજનો સાથે કરેલી એ પ્રતિજ્ઞાઓ સભારો અને ભાળો ! પૂરા આઠ વરસ વીતે ન વીતે ત્યા તો મારો ઉદ્દેશ કેટલો સફળ થયો છે ! એ વેળાએ કહોને, હરખે હૈયુ શે ન ઉભરાય ? જુઓ, જુઓ ! કન્યાકુમારીથી માડીને હિમાલયના ગૌરવોન્નત મસ્તક સુધી હાહાકાર પ્રવર્તી રહ્યો છે રઘુવીરના ચરણોમા ભક્તોની ભીડ જામે છે–બીજી બાજુ યજ્ઞકુડમા પણ હોળી પ્રકટી રહી છે એ યજ્ઞ કરવાની દીક્ષા લેનારાઓની પરીક્ષાનો, કસોટીનો અવસર આવે છે– અને રઘુવીર પ્રભુ પૂછે છે.–"સમસ્ત સસારના મગળ કાજે, આ અગ્નિમા કોણ પોતાની આહુતિ આપશે ?" ભાભી ! એ દિવ્ય નિમત્રણ મળતા મે ગર્જના કરી–"તૈયાર છે મારૂ કુળ, તૈયાર છે મારૂ સારૂય કુટુબ !" ને એ બોલે બોલે જાણે મે ઈત્રરી સન્માન મેળવ્યા. ધર્મને કાજે દેહ ન્યોછાવર કરવાના અમારા વેણ હતા ! વ્યર્થ નહોતા ભાભી ! તે વ્યર્થ નહોતા ! અપાર યાતનાઓ વેદનાએ મારૂ ધૈર્ય નહિ ખૂટે–મારો યોગ નહિ તૂટે ! એ વેળા પ્રિયજનોની સોડમા કરેલી પ્રતિજ્ઞાઓ આજે

પૂર્ણપણે સત્ય નિવડી છે મારી માડીની જંજીરો તોડવા કાજે પ્રકટેલી યજ્ઞજ્વાળમાં, મારા સ્વાર્થને-મને પોતાને હોમી દઇને હું કૃતાર્થ થયો છું "

૮—ઉજળા જીવનની સાધના

("ક્ષત્રિય" માગશર-૧૯૮૨ ના મુખપૃષ્ઠપરથી ઉતારો)

ઉન્નત પ્રજાજીવનના આદર્શ પ્રત્યેની દોડમાં આગળ વધવું છે કે પાછળ પાછળ ઘસડાઈ જવું છે? એ પ્રશ્ન આપણા નવજુવાનોના જીવનમાં ગુંથાઈ ગયેલો હોવો જોઇએ.

વિકસિત અને પ્રભાવશાળી પ્રજાજીવનનાં સોનેરી સ્વપ્નો સાચાં કરવા માટે સાચો વિકાસ પામેલું વ્યક્તિજીવન અને જોસદાર સંઘબળ જોઇશે; જીવનને નીચે ને નીચે ઘસડી જનાર પ્રચલિત વ્યક્તિહીન અને સામાજિક જીવનની સંકુચિત ભાવનાઓને છેલ્લી સલામ કરવી પડશે

સંઘ-સાંકળની શક્તિ તેમાં રહેલી વ્યક્તિ-કડીઓના બળથી અંકાય છે. આપણા સંઘની એકે એક વ્યક્તિ જોમદાર અને પ્રેરણા પામેલી હોવી જોઇએ આમ હશે તોજ આપણું સંઘજીવન અને પ્રજા-જીવન ઉજળું બની શકશે

આપણી પાસે ભવ્ય ભૂતકાળ છે, સુંદર ભાવિનાં સોનેરી સ્વપ્નો છે, પ્રેરણા છે-અને એ સૌથી વધારે મહત્ત્વનું આપણી નમોમાં જોસ-થી વહેતું યૌવનનું ઉકળતું લોહી છે!

ઉજળા પ્રજાજીવનની સાધનામાટે કાળા માથાના માનવીને બીજાં કયાં સાધનો જોઇએ?

૯—પુરુષોને બે બોલ

(સ્વામી વિવેકાનંદના સદુપદેશોમાંથી)

"જે સ્ત્રીજાતિ તમારા સુખદુઃખની ભાગિયણ છે અને સદાકાળ-ને માટે પોતાનું સર્વસ્વ તમને અર્પણ કરી રહી છે, તેમને શિક્ષણ

આપવા તથા ઉન્નત બનાવવાને માટે તમે શું પ્રયત્ન કરો છો ?"

"જે દેશમા, જે પ્રજામા નારીપૂજા નથી, તે દેશ, તે પ્રજા કોઈ કાળે મહાન કે ઉન્નત થઈ શકે નહિ. નારીરૂપી શક્તિ–મૂર્તિની અવગણના કરવાથીજ આજે તમારૂ અધઃપતન થયું છે."

"અત્યારે પણ આ દેશની કન્યાઓમા અને સ્ત્રીઓમા જેવુ સદ્‌વર્તન, સેવાભાવ, સ્નેહ, દયા, સતોષ તથા પતિભક્તિ જોવામા આવે છે, તેવુ પૃથ્વીના બીજા કોઈ ભાગમા મે જોયું નથી."

"એકમાત્ર ભારતવર્ષની કન્યાઓને જોવાથી આખો ઠરે છે. તેમનામા લજ્જા–વિનય આદિ સદ્‌ગુણો હજી પણ જેવા ને તેવાજ રહી શકયા છે. આવા સરસ સાધનો હોવા છતા તમે સ્ત્રીજાતિની ઉન્નતિ કરી શકતા નથી !"

"મહામાયાની સાક્ષાત્‌ પ્રતિમા, જેવી સ્ત્રીજાતિનો તમે ઉદ્ધાર નહિ કરો અને દેવતુલ્ય ગરીબ વર્ગને જાગ્રત નહિ કરો, ત્યાસુધી તમારા દેશનો ઉદ્ધાર નથી."

"તેઓમા જ્ઞાનનો પ્રકાશજ ફેલાવવાનું કાર્ય તમારે કરવાનું છે. યોગ્ય શિક્ષણ મળે તો તમારા દેશની સ્ત્રીઓ હજી પણ 'આદર્શ' સ્ત્રીઓ બની શકે તેમ છે."

"જે જે આદર્શ નારીઓ થઈ ગઈ છે, તે સર્વ પવિત્ર સન્નારીઓનાં જીવનચરિત્રો કન્યાઓની નજર આગળ તરતા રાખવા જોઇએ."

"થોડાજ સમયમા એક અદ્‌ભુત નવું ભારત અપૂર્વ મહિમાવાન બનીને જગતને આશ્ચર્યચકિત કરતુ આવિર્ભાવ પામશે. મારી દૃઢ ધારણા છે કે, એવો સુદર ફેરફાર થવા લાગ્યો છે અને એ શુભ દિવસ થોડાજ સમયમા તેજસ્વી ઉદયકિરણથી ચળકી રહેશે !"

("બંકિમ નિબંધમાળા"માંથી)

"સ્ત્રીઓ એ સાક્ષાત્‌ક્ષમા, દયા અને સ્નેહની દેવી મૂર્તિઓ છે"

"શાળાઓમા ભણ્યાવિના પણ જ્ઞાનની વૃદ્ધિ થઈ શકે છે."

"કથા અને હરિકીર્તન એ પૂર્વકાળે જ્ઞાનપ્રાપ્તિનો એક મુખ્ય

ઉપાય હતો. "

"પ્રાચીન સન્નારીઓ કથાકારોના મુખથી પુરાણ તથા ઇતિહાસની વાતો સાભળતી અને તેથી કરીને પુરાણ–ઇતિહાસમા જ્ઞાનનો જે ઉત્તમ ભડાર છુપાયલો છે, તે તેમની પાસે ખુલ્લો થઇ જતો "

"અત્યારના આપણા સુશિક્ષિત ગણાતા યુવકો કરતા પણ અનેક વિષયો પૂર્વકાળની સન્નારીઓ બહુ સારી રીતે સમજી શકતી હતી "

૧૦–મુડીવાદ અથવા મહેલાતની ફિલસુફી

("ક્ષત્રિય"ના માગશર–૧૯૮૨ ના અકમાથી)

વિલાસી રાજવટની કે કોઈ મદાધ ધનિકની વૈભવવાસના પોષવા ઉભા થયેલા પેલા રાજમહાલયો નિહાળો ! ત્યા શુ છે ? વૈભવ, વિલાસ, કપટ, ક્રૂરતા–અરે પાપ અને વિષયવાસના–માનવજીવનમા પશુતા લાવનાર સર્વ સાધનો ત્યા છે ! એ વૈભવો ગરીબોના જીવનલોહીથી ખરડાયલા અને એ વિલાસો નિરાધારના આસુથી તરબોળ છે.

એ મહેલાતોને ઉભી કરતા કેટલાય ગરીબ મજુરોના લોહી વહ્યા હશે ! ઘણાય દૂધમલ બાળકો માતાની સભાળવિના સૂર્યના પ્રખર તાપમા તરફડી રહ્યા હશે ?–અને તેમા સૌથીય વધારે ક્રૂર અને ભયકર ઘટના તો એ હશે કે, કેટલીયે મજુરણોના શીલ વેચાયા હશે ! !

રાજ્યમહાલયોની બાહ્ય સુદરતા અને ભવ્યતાના ઓઠાડ નીચે મલિનતા અને કરુણ ઇતિહાસની કેટકેટલી કહાણીઓ છુપાઈ હશે ?

× × × × ×

શુ આ મહેલાતો પવિત્રતા, સ્નેહ અને દયાનાં મદિરો ન હોવા જોઇએ?

૧૧–જીવજંતુઓની પ્રજા

("ગાડીવ" તા. ૧૩–૧૨–૨૫ ના અકમાથી લેખક–વિશ્વામિત્ર)

આપણે તો સમાજની સ્થિતિવિષે વિચાર કરવાની શક્તિનુજ

દેવાળું કાઢ્યું છે. જો આજે હિંદમા કોઈ મુસ્તફા કમાલપાશા જેવો પ્રચંડ નેતા હોત તો તેણે લોખંડી કાયદો ઘડીને કૂતરા-બિલાડાની પેઠે પરણીને જીવજંતુ જેવી પ્રજા વધારતા હિંદુઓને અટકાવ્યા હોત! ગાંધીજીએ એક-બે વાર હિંદુસ્થાનની વધી ગયેલી વસ્તી સામે પોકાર ઉઠાવી પ્રજાને બ્રહ્મચર્ય પાળીને વસ્તી અટકાવવાની સલાહ આપી છે; પણ એ સલાહ કુદરતી નથી. જુવાનીના પ્રવાહને ગમે તેટલો રોકશો, તોપણ તે રોકાવાનો નથી. હાલમા તો કોઇ બનાવટી ઉપાયથી પણ પ્રજોત્પત્તિ રોકવાની જરૂર છે. આપણે પ્રજાને જીવનશક્તિ આપનારા સુધારા પણ કરી શકતા નથી, કેમકે આપણી પાછળ કાયદાનું બળ નથી. ધારો કે, આજે સરકાર બાળલગ્ન અને વૃદ્ધલગ્ન અટકાવનારો તથા પુનર્લગ્નની છૂટ આપનારો કાયદો ઘડે, નાતજાતનાં બંધનો કાયદાની સત્તાથી તોડી નાખે અને પુનર્લગ્ન કરનાર અથવા આંતર્જાતિ લગ્ન કરનારને નાતબહાર મૂકનારને સખ્ત સજા કરવા તૈયાર થાય તો હિંદુઓનો કયો દેવતા પોક મૂકીને રડવાનો છે? દેશ અને કાળ પ્રમાણે સમાજમા પરિવર્તન થવું જ જોઇએ, કારણકે પરિવર્તન એજ જીવનનું ચિહ્ન છે. પાણી પણ ખાબોચીઆમા સ્થિર થવાથી ગંદુ થઇ જાય છે, તે હિંદુસમાજે ધ્યાનમા રાખવાની જરૂર છે.

૧૨—ખેતીની ઉપજ અને કસ ઘટવાનું કારણ

ગૌપાલન અને ઢોર ઉછેરવાનું ભૂલ્યા!

(રા. રા. દુલેરાય છોટાલાલ અંજારિયા, તંત્રી 'ખેતીવાડીવિજ્ઞાન')

રાજા એ ગૌબ્રાહ્મણપ્રતિપાળ કહેવાય છે. દ્રોણાચાર્ય જેવા મહાન સમર્થ વિદ્વાન ગુરુએ તેમને વિદ્યાદાન, હથીઆર વાપરવાનું જ્ઞાન અને ક્ષત્રિયધર્મ શીખવેલો, ત્યારે ક્ષત્રિયપુત્રના કાનમા એક મહામંત્ર મૂકેલો છે કે "તમો ગાય અને બ્રાહ્મણનું રક્ષણ કરજો, પણ ભક્ષણ કરતા ના. જો આ મંત્ર ચૂકશો તો રાજ્યતેજવિનાના નિર્માલ્ય-ઘણા

દુઃખી–થશો, રેવન્યુ ઉપજ ઘટી જશે, ખેડુત ગરીબ બનશે, પ્રજા નિર્ધન, નિર્બળ, અલ્પાયુષી અને દુરાચારી થશે " આવો ઉત્તમ ગુરુમંત્ર ચૂક્યા ત્યારથીજ આપણા દેશની જમીન દિનપ્રતિદિન કસ-વગરની થતી ચાલી; અનાજ, ઘાસ, કપાસ હલકી જાતના થયા; ઉપ-જ ઘટતી ચાલી; વ્યાપારમા પણ મંદી આવી અને શારીરિક તેમજ માનસિક નિર્બળતા આવી

રાજાઓ પોતાની ફરજ ચૂક્યા એટલે 'યથા રાજા તથા પ્રજા' એ કહેવત અનુસાર પ્રજા પણ હિંસક અને અધર્મને રસ્તે ચાલનારી સ્વાર્થપરાયણ થઇ, એટલે કોઇ પણ કાર્યમા તેની ફતેહ થતી નથી. વડીલોની મેળવેલી પ્રતિષ્ટા પણ ખોઇ. અરે ! વિચાર કરો ! આપણા એના એજ ખેતરો અને વાડીઓ છે, એ ને એજ કામ કરનારા છીએ, છતા પ્રથમની માફક ધાર્યું અનાજ ઉત્પન્ન કેમ થતુ નથી ? આ સવાલના જવાબરૂપે આ લેખ લખાય છે

જયારે મારી ઉમર દશબાર વર્ષની હતી અને જામનગરમા હતો, ત્યારે પિતા, કાકા અને મામા સાથે ગામડામા ફરતો તે સમયમા દરેક ઘેર સંખ્યાબંધ ગાયો પળાતી; જેથી દૂધ, ઘી, માખણ, દહી અને છાશની છોળ ઉડતી. ખળીમા જતા ત્યા ખેડુતોને બાજરી, જુ-વાર, કઠોળ અને કપાસના કાલાના ડુંગર જેવડા ઢગલા થતા અને રાજ-ભાગનો ગંજ બબ્બે ચચ્ચાર ગાઉના અંતરથી દેખાતો. રજપૂત, ચારણ, કાઠી, ગરાસીઆઓ પાણીદાર, તેજદાર ઉત્તમ ઓલાદના વાલીઘોડા રાખી ઓલાદ વધારતા અને પાળતા કોઈ પાસે માણકી, અ-બલખ, કયાડી, રેાજકી, ગધેલી તો કોઇ પાસે લાખણ વગેરે જાત ને નામના ઘોડાઘોડીઓ પાગામા ખોખાગ્તા બાંધ્યા રહેતા તે વખતે ઘોડાગાડી કે મોટરમા ફરવાનુ જવલ્લેજ હતુ કોઇ પણ સ્થળે બહાર-ગામ જવુ હોય તો ઘોડાપર સ્વાર થઇને જવાનો રિવાજ હતો, એટલે ઘરના નાના મોટા દરેક ઘોડેસ્વારી જાણતા અત્યારે તો મોટું દિવાન-પદ ભોગવતા અથવા તો મોટી પાયરી ધરાવતા ઑફીસરને ઘોડેસ્વારી

આવડતી નથી, જે શોચનીય છે. કહે છે કે, આ સુધારાના જમાનામા આપણા સ્ત્રીપુરુષો કેળવણી પામેલા, અંગ્રેજી વાતચીત કરે તેવા થયા છે અને આગળના સ્ત્રીપુરુષો કરતા ઘણા લાયક છે; પરંતુ આ સુધારા સાથે જો તેમના વડીલોના ઉત્તમ ગુણોથી ભૂષિત થએલા હોત તો તેઓ વધારે સુખી થાત. અત્યારે તો ખરો પ્રેમ કે સગાઇનો સ્નેહ રહ્યો નથી બધું જર્મનસીલ્વર જેવું કૃત્રિમ થયુ છે; બધું ઉપરથીજ, અંત:કરણનું કંઇજ નહિ! આમ દિનપ્રતિદિન સુધરતા ગયા તેમ અસલનુ ભૂલતા ચાલ્યા પરિણામ એ આવ્યું કે, ગૌપાલન ગયુ, ખેતી કસવગરની થઇ અને કમ ઉપજ આવતી ગઇ. ઢોર નબળા પડયા, રાજ્યની ઉપજ અને વ્યાપાર ઘટયો. આ બધું ગૌપાલન અને ઢોરઉછેરનું–દેશની નવી દોલત ઉત્પન્ન કરવાના સહાયકારક કામ તરફ દુર્લક્ષ રાખ્યુ, તેથી થયું છે.

રાજાઓ કુવરીના લગ્નપ્રસગે દાયજામા હજારો ગાયો આપતા, બ્રાહ્મણો પણ પોતાની દીકરી પરણે ત્યારે ગાયો આપતા, કોઈ રાજા કે બ્રાહ્મણ વૈષ્ણવમા મરણ થાય ત્યારે અતકાળ વખતે બ્રાહ્મણોને તથા દેવમંદિરમા ગાયોના દાન અપાતા. આ બધુ દેશની ખેતીને આબાદ રાખવા માટે હતુ.

ઢોરઉછેરનો ધધો કરનાર ભરવાડ, રબારી, આયર, કાઠી, ચારણ, મતવાગવલી, સિધી વગેરે સંખ્યાબંધ ગાયો પાળતા. રાજાઓ ચરવા–માટે મોટા વિસ્તારની જમીન પડી મૂકતા અને તેમા ખેતી કરાવતા નહિ. કોઇ પણ જાતનો પૂંછડાવેરો કે સિધરોટી વગેરે કરવેરો અને પાનચરાઇ કે વનચરાઇ લેતા નહોતા. ઢોર મરી જાય તેની ભામનો ઇજારો નહોતો. હવે તો મરેલા ઢોરના ચામડા પણ વેચી તેની ઉપજ લે છે, જેથી પરિણામ એ આવ્યું છે કે, ભામના ઇજારદારો ઢોરોને ઝેર ખવરાવી મરણ નીપજાવે છે, જેથી ઝાઝા ચામડા મળી શકે! હવે કૂતરા–બકરાં પાળવાનો રિવાજ દાખલ થતો જાય છે, ત્યા ગાય બાધે કોણ! કૂતરાબકરાની લીડીપીશાબ ઉપાડવામાં અભડાય નહિ, પણ ગાયનું છાણ–ગૌમૂત્ર જે પવિત્ર છે, તે ગંદકી અને

મચ્છરનો ઉપદ્રવ કરનારૂ ગણાય છે! તદુરસ્તી ટકાવી, દીર્ઘાયુષ્ય કરનારૂં સ્વચ્છ દૂધ ઘરની ગાય આપતી; તેને બદલે તંદુરસ્તી બગાડનાર, ભૂખ ઓછી કરનાર ચાહ વગેરે લેવા માડ્યુ એટલે પછી પ્રજા નબળી થવા લાગી અને અનેક પ્રકારના રોગના ભોગ થયા અને થાય છે, જેથી આપણાં સ્ત્રીપુરુષો નાલાયક ઠર્યા. તેમને પોતાના પુત્રપુત્રીઓ ઉછેરતા આવડતુ નથી–નબળા રાખે છે, માટે જેના છોકરા સારા તદુરસ્ત હોય તેમને ઇનામ આપવા. એ બહાને ઉત્તેજન આપવા ખાતર હાલ 'બેબી વીક' ગોઠવાયા છે. આથી આપણને ખાત્રી થાય છે કે, આપણી માતાઓ બાળઉછેર માટે નાલાયક છે. ઘરમા ગાય હોય નહિ એટલે બજારનુ પાણીવાળુ અને ભેળસેળવાળું દૂધ પીએ છે અને વાપરે છે. જેની અદર અનેક જતુઓ હોય છે, તેવા દૂધથી શીતળા, ઓરી, અછબડા, પ્લેગ, નીમોનીઆ, ઇન્ફ્લુએન્ઝા આદિ અનેક રોગો લાગુ પડે છે અને મરણની સખ્યા વધતી જાય છે, તેનુ કારણ ઘરની ગાયનુ દૂધ નહિ તેજ છે. અત્યારે આપણે શારીરિક અને માનસિક બળ ખોયુ, આત્મબળ તો છેજ નહિ; એટલે પછી કૂતરા–કાગડાની માફક અલ્પ આયુષ્ય ભોગવી નાની ઉમરમા સ્ત્રીપુરુષો મરવા લાગ્યાં છે કુછદી વર્તણુંક પણ આનું એક કારણ છે.

આ પ્રમાણે ગાયનું પાલન ભૂલી જઇ તેના તરફ બેદરકાર રહેવાથી આપણે આપણી જમીનનો કસ ખોયો, ઉપજ ખોઇ, મજબૂત બળદો ખોયા, જમીન ખેડનાર અને કામ કરનારે પોતાનુ શરીરબળ ખોયું અને નિર્ધન કગાલ બન્યા.

ગાયને શણગારવી, તેની સેવા–પૂજા કરવી વગેરે પૂજનવિધિ અને મૂત્ર, છાણ વગેરે પવિત્ર ગણ્યુ છે, તે પણ તેની ઉત્તમતા માટે છે; કેમકે દેશની ખેતી કરનારા બળદને તે જન્મ આપે છે. ગાયો પાળવાનું ઓછુ કર્યું તે તો ઠીક, પણ ગૌબ્રાહ્મણપ્રતિપાળ બ્રાહ્મણ વૈષ્ણવોએ ગોમાસ ભક્ષણ કરવા માડયાનુ સાભળ્યુ છે. પછી કહો–જમીન કસ કેમ ન ચોરે? વરસાદ કેમ વરસે? એક વરસાદની તાણે સૂકવણુ કેમ

ન પડે ? અનીતિ-અધર્મને રસ્તે ચાલી કુશળતા ચાહવી એ બનેજ કેમ !!

ઉપર મુજબના અનિષ્ટ પરિણામો આવ્યા છે અને આવશે, માટે ગૌપાલન અને ઢોરઉછેરનું કામ તાત્કાલિક હાથ ધરવા અમારી નમ્ર વિનતિ છે. લોકો પાંજરાપોળમા ખોડા અશક્ત ઢોર મૂકે છે, તે બરાબર છે મહાજન દયાળુ છે તો પાળીપોષી સારવાર કરાવે છે, પણ દરેક માણસે પોતાના ઢોરને જીવે ત્યાસુધી પોતેજ પાળવુ, એ તેની ફરજ છે. મહાજન ઉપર આવો બોજો નાખવો તે દેશની વસ્તીપર બોજો નાખવા બરાબર છે.

મુબઇમા દૂધ વેચવાનો ધધો કરનારા દૂધની ઉપજ લઇ પૈસા કમાવા માટે ખર્ચ કરી સારી ગાયભેંસ લાવે છે. દૂધ આપે ત્યાસુધી રાખી પછી પાણીના મૂલે વેચી નાખે છે, પણ સારા માણસોને-પાળી શકે તેને આપતા નથી અને વાદરા વગેરે કતલખાનામા પૈસા કમાવા આધળા બને છે જેમની જીંદગી પરમાત્મા પણ ટુકી કરી નાખે છે, ત્યારે પાપનુ ફળ મળ્યું એમ મનમા સમજે છે.

જ્યારથી ઢોર ઉછેરવાનુ કામ ભૂલાયુ છે, ત્યારથી નીચે પ્રમાણે ખેતીને ધક્કો લાગ્યો છે —

(૧) છાણિયુ ખાતર નહિ મળવાથી જમીન તરાતી નથી (૨) ઢોર કતલખાને જઇ તેમજ મોતથી મરે છે તેમના હાડકા-ચામડા પરદેશ ચઢે છે; એટલે જમીનમા ખાતરતરીકે તેનો ઉપયોગ થતો નથી, જેથી જમીનની ઉત્પાદક શક્તિ ઓછી થઇ છે અને અનાજ તથા કઠોળના કણસલા નાના અને ઓછા પુષ્ટિકારક તત્ત્વવાળા બન્યા છે. (૩) ગાયો ચરવાની જગ્યાઓ ગૌચર નહિ રહેવાથી ખોદાયા કરતી અને તે પર છાણપીશાબનું ખાતર પડવાથી પુષ્ટિકારક મોટુ ઘાસ થતુ તે થતુ નથી, એટલે ઢોર નબળાં પડ્યા છે. (૪) બળદ કમતાકાતવાળા નાના કદના થયા, એટલે ખેતર ખેડાતા નથી. આમ ખેતરની ઉથલપાથલ સારી નહિ થવાથી પેદાશ પણ ઓછી થઇ છે. (૫) બન્દરમા અને ટોળાંમા આંકેલા સાંઢ ફરતા, જેના વાછરડા સારા

થતા તેવા સાઢ હવે ટોળામા રાખવામા આવતા નથી (૬) ગાયો ઉછેરવાનો ધધો કરનારને પૈસા ધીરીને સારી ગાયો અને ઉત્તમ ઓલાદના સાઢ રાખવા ગોઠવણ કરી આપવી (૭) ચરવાની જગ્યાએ જાનવરના આરામ માટે છૂટા છૂટા ઝાડ વવરાવવા, જેથી જમીન તેમજ હવા ઠડી રહે છે અને ઘાસ લાબા વખત સુધી સૂકાતુ નથી (૮) ગાયોના ટોળામા નાની ઉમરના ખુટ નહિ રાખવા (૯) ઢોરની ઉછેર કરવાવાળાના મંડળો સ્થાપી તેના અમુક નિયમો ઘડી તે માટે જોઇતી મુડી આપવા બદોબસ્ત કરવો (૧૦) દરેક ઘર દીઠ એક ગાય પાળવી અને ચરવા માટે દરેક ગામે ગૌચરની ઇલાયદી જમીન રાજ્યના ધણીએ મુકરર કરવી. ખેડવાણ હોય તો ખેડુતો પાસેથી મૂકાવીને પણ રાખવી જોઇએ.

આ પ્રમાણે બદોબસ્ત થાય તો ગૌપાલન અને ઢોરઉછેરનુ કામ આગળ ચાલશે અને દેશની દરેક રીતે આબાદી થશે; માટે આ મારી નમ્ર અરજ ધ્યાનમા લઈ ગૌપાલન કરવા તરફ લક્ષ દોરાશે તો આ લેખ લખવાનો મારો હેતુ સચવાશે પરમ કૃપાળુ પરમાત્મા રાજા, ગરાશીઆ સર્વને દેશની ખેતી આબાદ કરવા અને ઢોર પાળી ઉછેરવાનુ કામ હાથ ધરવા સુબુદ્ધિ આપો

૧૩–ચાલવાની આવશ્યકતા

જે માણસ દરરોજ થોડુંઘણુ ચાલવાનુ રાખે છે તેને અપચો નથી થતો અને તેના શરીરમા વધારાની ચરબી પણ રહી શકતી નથી. ચાલવાના જેવી બીજી કોઇ કસરત નથી. એક અમેરિકન ડૉક્ટરે "મેડિકલ રિવ્યૂ ઑફ રિવ્યૂઝ" મા લખ્યુ છે કે, દરેક માણસે પરિસ્થિતિ અનુસાર રોજ ૩ થી ૧૦ માઇલ સુધી ચાલતું જોઇએ. "ડેલી મેલ"મા એક રોગીનો કિસ્સો પ્રસિદ્ધ થયો છે. તે હમેશા માદો રહેતો હતો, રોજ દવાઓ ખાતો હતો. કોઇ દવાથી તેને ફાયદો ન થવાથી તે જીવનથી કંટાળી ગયો હતો. એક ડૉક્ટરની સલાહથી

તેણે થોડુ થોડુ ચાલવાનું શરૂ કર્યુ અને થોડાજ મહિનામા તે પૂર્ણ રીતે સાજો તાજો થઇ ગયો ! જે માણસ રોજ ચાલી ન શકે, તેણે અઠવાડીઆમા એક વાર તો જરૂર ૧૦–૧૫ માઇલ ચાલવુ જોઇએ. અઠવાડીઆમા એક દિવસ ૧૦–૧૫ માઇલ ચાલવું, બીજા ૭ દિવસો માટે પૂરતુ છે. દિવસે ભોજન કરતા પહેલા ચાલવાથી વધુ લાભ થાય છે. ચાલવાનો ઉત્તમ સમય પ્રાતઃકાળ છે.

૧૪–હોળી શામાટે ?

(તા. ૨૦–૨–૨૬ ના "સૌરાષ્ટ્ર" ઉપરથી)

હુતાશની એ તો ગ્રામ્યજીવનને સૃજનારી વિધાતા છે. એની સાથે આર્યજીવનની કેવી કેવી ઉદાર અને વિરાટ ભાવનાઓ ગુંથાઈ છે ! વૈરાગ્યની ઝળહળતી મૂર્તિશા ભગવાન રુદ્રે એ દિને પોતાનું ત્રીજુ લોચન ખોલી કામદેવને બાળી નાખ્યો. ઉગ્ર તપ અને ત્યાગની સિદ્ધિ ત્યારે જગતભરમા વિરાજી રહી. અધમ વાસનાઓનો જાણે વિશ્વમાથી સદતર લોપ થયો ! એ ઉજમાળી ભાવનાને સદા જીવતી રાખવા હુતાશનીનો તહેવાર નિર્માયો છે. **હુતાશની એટલે આત્મસંશોધનનો પુણ્યદિવસ. એકે એક નગરવાસીએ એ પ્રચંડ જવાળાઓમાં વિકારને, હલકી મનોદશાને અને પાપવાસનાને હોમી જીવનને નિર્મળ, સેવામય અને ત્યાગમય બનાવવાનો એ અણમોલો અવસર છે.** કૃષ્ણચંદ્રે એ પ્રાતઃસ્મરણીય તિથિએ માસી પુતનાના થાનપરથી હળાહળ ઝેર ચૂસીને–પુતનાના પ્રાણનુ પાન કરીને કાલકૂટ પચાવેલા. એજ મગળ રાત્રિએ તે રાક્ષસીની કાયાને ખાક કરતી હુતાશનીની પાવકશિખાઓ, ગામગોદરે ભેગા મળી હોળી ખેલનારાઓની સન્મુખ સસારના ઝેર–ઈર્ષ્યા, કાવાદાવા અને કલહકંકાસો–શમાવી માનવદેહમા વસતા શયતાનને સહારવાનો સંદેશ પાઠવે છે.

નગાધિરાજ હિમાલયના ગિરિ–શિખરો ઉપર વિધાન પામેલી-કામદહનની એ કથાને આજે એકે વધારે વર્ષ પૂરૂં થશે. ચંદ્રચૂડામણિ

ત્રિપુરારિ શંકરને તપસમાધિમાથી ડોલાવવા આવેલા કામદેવને જ્યારે એ ભગવાન રુદ્રે તેમનુ ત્રીજુ લોચન ઉઘાડી એમની કોપ-જ્વાળાઓથી બાળીને ભસ્મ કર્યો, ત્યારે કૈલાસના શિખરે શિખરો એ અગ્નિશિખાઓથી પ્રકાશી ઉઠયા અને ભારતવર્ષમા આજથી દશહજાર વર્ષ ઉપર, એ દિવસે પ્રથમ પહેલી હુતાશની પ્રકટી એ કામદહનની ક્રિયાના સ્મરણમા, ભારતવાસીઓની નબળાઇઓને જલાવી દેનારી હોળી, ભારતવર્ષને ગામડે ગામડે સળગશે.

હુતાશનીના ખ્યાલે એક બીજું એવુંજ પ્રતાપી સ્મરણ પાછું સજીવન થાય છે. વસુદેવ અને દેવકીનો નંદન કનૈયો હજી નાનકડો કા'નકુમારજ હતો ત્યારે પોતાના મારણહાર એ કનૈયાનો વધ કરવા મામા કંસે પુતના રાક્ષસીને મોકલી. પુતનાએ દૂધમા વિષ મિલાવીને શ્રીકૃષ્ણને વિષપાન કરાવવાની તરકીબ (યુક્તિ) રચી. કા'નકુમાર પુતનાના પેટનુ એ પાપ કળી ગયા અને એ રાક્ષસીના પ્રાણ ચૂસી લીધા. રાક્ષસી મુડદુ થઇને ધરતી ઉપર ઢગલો થઈ પડી એ પુતનાના શબને, પાચ હજાર વર્ષ પહેલા આ ફાગણ માસની પૂર્ણિમાની રાત્રિએ અગ્નિદાહ દેવાયો-હોળી પ્રકટી એ પુતનાવધના સ્મરણમા, ભારતવર્ષને વિષપાન કરાવવા મથતા રાક્ષસોને ભસ્મીભૂત કરનારી હોળી, ભારતવર્ષને ગામડે ગામડે સળગશે.

કામદહન અને પુતનાવધના પવિત્ર સ્મરણોથી ઝળહળતા હોલિકામહોત્સવે ક્ષત્રિયોના યુગમા વીરોના મહોત્સવનુ સ્વરૂપ લીધુ ચૌદમી સદીમા મેવાડ-મારવાડના એકે એક રાજપૂતરાજ્યમા હોલિકામહોત્સવ શસ્ત્રવિદ્યાના શિક્ષણનો અને વીરત્વના પરીક્ષણનો મહોત્સવ બનતો; ત્યારે એકે એક ભારતજાયો કેસરિયા મજતો અને વસંતપંચમીની પ્રભાતથી ફાગણી પૂર્ણિમાની રાત્રિસુધી-એ ચાળીસ ચાળીસ દિવસસુધી ગામેગામ અખાડાઓ સ્થપાતા, તીરદાજી અને નિશાનબાજીના ખેલો જામતા, અશ્વકળા અને તલવારની કવાયત મચતી, મલ્લોના યુદ્ધો થતા અને સમરાંગણના વ્યૂહો રચી સૈન્યો સૈન્યો ખાડાના ખેલ

માંડતા ચાળીસ દિવસ સુધી ભારતનું વીર્ય અને શૌર્ય સાબુત રાખવાના તાલીમખાના ચાલતા અને છેલ્લે દિવસે મેવાડના ખુદ મહારાણા મોટો દરબાર ભરી, એ દરબાર વચ્ચે વીરતાની પરીક્ષાના રમખાણો ગોઠવતા. એમા વિજય વરનાર વીરોને મહારાણાશ્રી પોતાના હાથે વીરોચિત તલવારો બધાવતા અને પછી આખો સંઘ હોલિકાના દર્શન કરવા સચરતો. **ત્યાં અનેક જુવાનો હનુમાન બનવાનાં, અને એવાં વીરત્વનાં વ્રતો સજતા.**

ભારતના જાયાઓ! ગુજરાતના ઓ નવજુવાનો! હોલિકાનો એ અર્થ છે. **હોલિકા વીર બનવાની અને સૈનિક બનવાની પ્રતિજ્ઞાઓ કરવાનો પવિત્ર યજ્ઞકુંડ છે.** આજની હોલિકાની યજ્ઞવેદીની સમક્ષ, ઓ યુવાનો! મહાવીર મારુતિરાજ જેવા બ્રહ્મચારી બનવાના વ્રત સજજો, ભારતના ઉદ્ધારને કાજે ભીષ્મપિતામહનો વજ્રકછોટો ધારવાની પ્રતિજ્ઞાઓ કરજો, શસ્ત્રકળા, તલવારબાજી અને નિશાનબાજી, અશ્વકળા, ધનુર્વિદ્યા અને મલ્લવિદ્યા સિદ્ધ કરવાના મનોરથ બાધજો, આજના માયકાગલા શરીરોમાથી ડોલતા ડુગર જેવા પ્રચંડ દેહો બાધવાના–એ શરીરશક્તિ ખીલવવાના અભિલાષો નોતરજો. તરુણો! આ તહેવારને એવો વીરોનો તહેવાર બનાવી દેજો; એ યજ્ઞકુડની સાક્ષીએ મત્ર ભણજો કે ઓ સરજનહાર!

तेजोऽसि तेजो ददातु । बलमसि बलं ददातु ॥

૧૫–આ તે મોટરગાડી કે મોતગાડી!

(લોકોપર ગુજરતો એક અદૃશ્ય ગજબ–"ગુજરાતી કેસરી" ઉપરથી)

[લેખક–મોહનલાલ માણેકલાલ ઝવેરી]

'સાયન્સ અને ઇન્વેન્શન' નામનુ અમેરિકન માસિક જણાવે છે કે, હવામા **એક હજાર ભાગે માત્ર દોઢજ** ભાગ કારબન મોનોક્સાઇડ આવી જાય તોપણ તે ભયકર નિવડે છે. ૨૩ હૉર્સપાવરની

એક મોટરકાર દર મીનીટે ૨૫ ક્યુબીક ફીટ ગેસ છોડે છે, જેમાથી ૭ ટકા અથવા ૧।। ક્યુબીક ફીટ કાર્બન મોનોકસાઇડ હોય છે. કાર્બન મોનોકસાઇડ રંગવગરની, સ્વાદવગરની અને ગંધવગરની ગેસ છે, એટલે તે હવામા મળેલી છે કે કેમ તે જાણવુ મુસ્કેલમા મુસ્કેલ છે, અને બીજી તરફ તેને માટે આપણા લોહીમા એવી સરસ સગવડ છે કે, લોહીગાના લાલ કણમા રહેલું હીમોગ્લોબીન નામનુ તત્ત્વ એને (કાર્બન મોનોકસાઇડને) ઑાકસીજન (પ્રાણવાયુ) કરતા ૩૦૦ ગણું જલદીથી ખેંચી લે છે અને લોહીને એકદમ ઝેરી બનાવી મૂકે છે. આમ થવાથી લોહીની મારફત આપણા સ્નાયુઓને પ્રાણવાયુ મળી શકતો નથી અને મરણ નીપજે છે, હજાર ભાગ હવામા દોઢ ભાગ પણ કાર્બન મોનોકસાઇડ હોય તો ભયંકર છે, તોપછી મોટરનુ ઇજીન તો સેંકડે ૭ ભાગવાળી એટલે હજારે સાઠ ભાગવાળી ગેસ છોડે છે તે કેવી જીવલેણ છે, તેનુ અનુમાન કરો ! ૨૩ હૉર્સપાવરનુ મોટર ઇંજીન દર મિનિટે એક ચોરસફુટ કારબન મોનોકસાઇડ છોડે તે હિસાબે ૧૦×૧૦×૨૦ ફુટનો એક મોટર તબેલો તો ત્રણ મીનીટમાજ એ ઝેરી હવાથી ભરાઇ જઈ મનુષ્યના પ્રાણ લઈ શકે એનો હુમલો ખબર ન પડે તેમ થઇને ધીમે ધીમે માણસ બેભાન બની જાય છે આમ ક્લિનરે અને શૉફરની જીંદગી જોખમમા રહે છે; અને મુબઇમા એવા તબેલા છે કે જેમા એકેક મોટરકાર આવી જાય પણ બારી તો એક પણ ન હોય ! મોટરનુ ઇજીન ચાલુ હાલતમાજ અંદર જાય અને ચાલુ હાલતમા મૂકાયા પછી થોડીક મિનિટ લગી ધુંધવાટ કર્યા બાદજ બહાર નીકળે, એ મોટરના શૉફર અને ક્લિનરની જીંદગીના જોખમનો જવાબદાર કોણ છે ? અને આખો દિવસ મુબઇના રસ્તાઓમા એ મોટરોવાળા સેંકડોને ઈજા અને કુડીબંધ ખૂન કરતા ફરે અને પાચ પચાસ દડ ભરી છૂટી જાય તથા પગે ચાલનાર પોતાના જીવથી જાય એ તો એક ન્યાયનો નમુનોજ છે; પણ હવા બગાડવા માટે એ લોકો પગે ચાલનારને અને ઘરમા રહેનારને શું નુક-

સાન ભરપાઇ કરી આપે છે? આપણે રસ્તે ફરતા હોઇએ ત્યારે આપણી બાજુમાંથી એ ભંયકર ચીજ ઝેર રેડતી ચાલી જાય અને આપણે તે ઝેર શ્વાસમા લેતા ફરતા ફરીએ, એ જીંદગીના જોખમ માટે શું એ ખુનીઓને સજા નથી થવી જોઇતી? હેલ્થ ઑફિસર આ બાબત શું કહે છે? એડલ્ટરેશનની સજા તો પોલ્યુશનની નહિ કે? ચાલી કે બારીમાથી રસ્તાપર કચરો નાખતા હવા બગડે તો આનાથી નહિ બગડે કે? સ્મોક ઇસેન્સ ઍક્ટ છે તેના કરતા મોટરના ઝેરી ધુમાડામાટે સખત ઍક્ટ થવોજ જોઇએ.

૧૬–નવું જગત

(મોડર્ન રિવ્યુમાના એક સંવાદ ઉપરથી–"સૌરાષ્ટ્ર" તા. ૧૫–૧૧–૨૪)

ગરીબી એ કેવો ગુન્હો! નિર્ધનતા એ કેવું કલંક! કોઇ ગરીબ ચોરી કરે અને તેને માટે જેલ તૈયાર છે; કોઇ નિર્ધન ધનને અર્થે ખૂન કરે અને એ ખુનીને માટે ફાસીનો માચડો ઉભો છે, અને શ્રીમંત? કોઈ શ્રીમંત ચોરી કરે, લૂંટો ચલાવે અને દુનિયા તેની ચાતુરીની સ્તુતિઓ ગાવા માડે–તે લક્ષ્મીને અર્થે તેના સ્વદેશમા અને વિદેશમા માનવીના હત્યાકાડો રચે અને એ હત્યારો સ્વદેશસેવકનું સુનામ પામે! એ ચોરીઓ, એ લૂટો અને એ હત્યાઓથી તે દોલતમંદ બને, એટલે તેને ઉમરાવપદે ચઢાવવામા આવે; અને જગત તેની ઝુકી ઝુકીને સલામો લે! ઓ જગત! તારો કેટલો અધપાત થયો છે!

પણ હા, આ જૂની દુનિયાના ખંડેર ઉપરજ નવું જગત રચાશે–અને જરૂર રચાશે. કોઈ જાદુગર એક રાતમાજ મહેલાતો ઉભી કરી દે, તેમ આજની પવિત્ર ગરીબીના ઉદરમાથીજ દુનિયા અવતરશે–અને થોડા કાળમાજ અવતરશે તે નવા જગતમા સત્યના અજવાળા ચોમેર રેલાઇ રહ્યા હશે; પ્રેમની મધુરતા સર્વત્ર મધમઘી રહી હશે; તે દુનિયામા સેવા સર્વની પૂજા પામશે; સર્વ સમાન મનાશે અને

સન્માનના અધિકારી ગણાશે

આજે પૃથ્વી તેની પ્રથાઓ અને તેના શિષ્ટાચારોના કાદવમા ખદબદી રહી છે; આજે ધરતી ઉપર સત્તાલોભ અને ધનતૃષ્ણાની જવાળાઓ સળગી રહી છે; આજે એ યુદ્ધનો સેતાન માનવીઓના અ-તરમંદિરમાથી પ્રભુને પદભ્રષ્ટ કરી રહ્યો છે, આજે શ્રીમંતોની લાલસા-તૃપ્તિને અર્થે ગરીબોની જીંદગીની હરરાજીઓ બોલાઈ રહી છે અને આજે જગત કદ્રૂપા દાનવ જેવુ બની ગયુ છે! પણ નવો પ્રકાશ અને નવી દૃષ્ટિ, નવો આદર્શ અને નવી આશા, એ બધી બદબોને ધોઇ નાખશે; એ બધી કદ્રૂપતાને હરી લેશે અને આ જૂની કાયામા નવા પ્રાણ પૂરશે. શુદ્ધિ પામેલા આ જગતમા પ્રકાશમય, પ્રેમમય અને સુંદર પ્રભુની પુષ્પવાટિકાસમુ નવુ સ્વર્ગ સર્જાશે. સ્વર્ગના એ સુખકર વાયરા-ઓ! તમે દેવોના ઉપભોગની એ તમારી વાયુલહરિઓ આ અવનિ ઉપર વર્ષાવો; અમારા પ્રાણમા સ્વર્ગના અમૃત ભરો અને આ ખુનીઓ તથા હત્યારાઓની એડીતળે ચગદાતા જગતને સેવાની અમીરીથી ઝળહળતું, પ્રેમની ખુશબોથી મહેકતુ, માનવીની સ્વાધીનતાનુ મહારાજ્ય બનાવો!

૧૭—બાળલગ્ન ને ભારે લગ્નખર્ચ

(લેખિકા—સૌ૰ સમજુબા દેશાઈ)

બાળકો જાણે માબાપને લગ્નનો લહાવો લેવા માટેજ ન હોય તેમ આપણે માત્ર એટલોજ વિચાર કરીએ છીએ કે, ક્યારે તેમને પરણાવી દેવાય, પરંતુ તેમને કેળવણી આપી, પોતાની આજીવિકા પેદા કરવાને લાયક કરવાને કઇ વિચાર કરતા નથી આનું પરિણામ એ આવે છે કે, તેઓ અજ્ઞાન અને અભણ રહે છે અને મોટપણમા દુ:ખી થાય છે વળી ઘણી વખત બિચારી બાળકીને કુમળી વયથી વિધવા-પણું ભોગવવુ પડે છે અને તેથી તેને તથા તેના ભાઈભાંડુને આખી જીદગી દુખી થવુ પડે છે, માટે બાળલગ્ન ન કરતા કન્યા ઓછામાં

ઓછી ચૌદ વર્ષની અને છોકરો ઓછામા ઓછો વીસ વર્ષનો થાય ત્યાસુધી તેને કેળવણી આપવાસિવાય બીજો વિચારજ કરવો ન જોઇએ આજકાલ કન્યા–કેળવણી તરફ કંઇક લક્ષ અપાય છે ખરૂ, પણ બાળ-લગ્ન થતા હોવાથી કેળવણી અધુરી અગર નહિ જેવીજ અપાય છે. પરણ્યા પછી છોકરાઓ તો ભણતર જારી રાખે છે, પણ કન્યાકેળવણી તો લગ્નની સાથેજ બંધ થાય છે. લાયક ઉંમરના થયા પછીજ પુત્રી અથવા પુત્રનો વિવાહ કરવાનો વિચાર કરવો જોઇએ. નાનપણથી વિવાહ કરી રાખવો એ સારૂ નથી, કારણ કે એમ કરવાથી બાળકોના મનમા ભણવા કરતા પરણવાની વાત વધારે રમ્યા કરે છે વળી તેઓ મોટા થયે લાયક ન નિવડે તો માબાપને પસ્તાવું પડે છે. પુત્રને માટે ગુણવાન ને લાયક કન્યા લેવાને બદલે કયી કન્યા લેવાથી વધારે રૂપિયા મળશે, એટલુજ જોવાય છે. કન્યામાટે ગુણવાન વર જોવાને બદલે માત્ર કહેવાતુ કુળ જોવાય છે અને વરની લાયકી કેવી છે, તે જોવાતુ નથી આનુ પરિણામ માઠુ આવે છે અને દુખી થવાય છે, માટે આપણા કઢંગા રિવાજમા સુધારો થવાની જરૂર છે. તે નહિ થાય ત્યાસુધી આપણી ઉન્નતિ થવાની નથી, એમ સમજી આ બાબતમા ખાસ ધ્યાન આપવા જેવુ છે. લગ્નપ્રસંગે ગજા ઉપરાત ખર્ચ કરવામા આવે છે, તેથી આપણી પાયમાલી થાય છે લગ્ન જેવે આનંદને પ્રસંગે શક્તિ પ્રમાણે ખર્ચ કરવા કોઈ ના કહેતુ નથી; પરંતુ શક્તિ ન હોય છતા પણ ઘરબાર ગીરો મૂકી, દેવુ કરી, ગજા ઉપરાત ખર્ચ કરવુ એ મૂર્ખાઈ છે.

૧૮—ચાહ, કૉફી ને કોકો, વહેલી પડાવે પોકો

("વૈદ્યકલ્પતરુ"ની ૨૧ મા વર્ષની ભેટમાથી. લેખક–મ૦ મૂ૦ ત્રિવેદી)

ચામા મગજની શક્તિને કુદરતના નિયમની વિરુદ્ધ ઉશ્કેરવાનો ગુણ છે, કેમકે તેમા ટેનીક ઍસીડ જેવુ શરીરનો ઘાત કરનારૂ દ્રવ્ય

આવે છે તેમા પણ હોટલો તથા દુકાનોની ચા તો ઘણીજ ભયકર છે; કારણકે ત્યા ચા ઘણા વખતથી ઉકળેલી રહેતી હોય છે અને તેમાથી સુવાસિક તથા પૌષ્ટિક પદાર્થો તો ક્યારનાએ ઉડી ગયા હોય છે. ખરી વાત છે કે, ચા પીવાથી ક્ષણિક હુશિયારી આવે છે; પણ અતે તો જઠરાગ્નિ મદ થાય છે, કમતાકાત આવતી જાય છે, માનસિક સ્થિતિ દુર્બળ થાય છે અને શરીર અનેક વ્યાધિને લાયક બની જાય છે. ચામા ટેનીક ઍસીડસિવાય સાકર પણ આવે છે અને તેથી જઠરનુ શ્લેષ્મપડ સૂજી જાય છે અને તેમાથી એક જાતનો સ્રાવ થાય છે, ખાવુ ભાવતુ નથી, મોળ આવે છે, ઉલટી થાય છે અને વખતે તાવ પણ આવી જાય છે વળી ચા પીવાથી લોહીમા યુરીક ઍસીડનુ પ્રમાણ વધી જાય છે અને તેથી આતરડાં તથા જઠરની ક્રિયા મદ પડે છે

એક ડૉકટરે ચાવિષે નીચે પ્રમાણે જણાવેલુ છે:-

"ચા તથા કૉફી પીનારા, મદ્યપાન કરનારા લોકોના જેવા તોફાની, નાચનારા, ગાનારા કે કજીઆ કરનારા હોતા નથી, પણ ચા તથા કૉફી તેના પીનારાને મૂર્ખ બનાવે છે, તેમના પગને નબળા કરે છે, યાદશક્તિનો નાશ કરે છે, હૃદયમા થડકો પેદા કરે છે, શરીરમા કપ કરે છે, હાથમા અસ્થિરતા કરે છે અને અનિદ્રાને પેદા કરે છે વળી ચાથી માથું દુ.ખે છે, જીભ બેસ્વાદ થાય છે, સ્વભાવ ચીડીઓ થાય છે અને મીજાજ ઠેકાણે રહેતો નથી ચા તથા કૉફી પીનારાઓ બોલવામા મદ થાય છે, તેમના વિચારો અસ્થિર હોય છે અને માનસિક શક્તિ ગુમાવે છે ચાના વ્યસનથી અજીર્ણ, આતરડામા અવાજ તથા કબજીઆત થાય છે, અને પાચન કરનારા રસોનો અટકાવ થાય છે. આ સર્વ કારણોથી જે લોકો ચા તથા કૉફી બહુ પીએ છે, તેઓ શરીરે દુબળા રહે છે, તેમના ગાલ બેસી ગયેલા હોય છે, તેમના ચહેરા મેલા હોય છે, તેઓના માથા દુખવાનુ દરદ વધારે પ્રમાણમા હોય છે, તેઓમા પિત્તનો કોપ નિરતર થયા કરે છે, તેમના વાળ જલદી ખરી પડે છે અથવા ધોળા થાય છે. ચા તથા કૉફીનુ વ્યસન

સર્વત્ર ફેલાયું છે અને તેથી લકવો, અર્દિત વા તથા નબળાઇના દરદો હજારોગણા વધી પડયા છે ”

ચાવિષે એક વિદ્વાને નીચેનો એક સુંદર શ્લોક બનાવ્યો છેઃ–

प्राज्ञैरज्ञैस्तरुणजरठैर्ब्राह्मणैरन्त्यजातैः ।
पौरैर्ग्राम्यैर्नरपतिवरैर्निर्गृहैर्नि स्वकैश्च ॥
प्रातः सायं नियमिततयाभ्यार्चितो भक्तिभावाद् ।
हा ! हा ! चाहा हत कलियुगे कर्षति प्राणवित्तम् ॥

અરે ડાહ્યા, મૂર્ખ, જુવાન અને વૃદ્ધ માણસો, બ્રાહ્મણ તેમજ અંત્યજો, શહેરીઓ તથા ગ્રામ્યજનો, રાજાઓ અને ઘરહીન તથા સાધનહીન લોકો ! તમારાથી નિયમિતપણે સવાર–સાજ ભક્તિભાવથી આદરને પામતી ચા આ કલિયુગને વિષે પ્રાણ અને દ્રવ્ય બન્નેની હાનિ કરે છે'

આ શ્લોક અક્ષરશ સત્ય છે, એમ વિચાર કરતા સાફ માલૂમ પડશે.

ચાથી થતી આર્થિક ખરાબી

ચાથી આર્થિક ખરાબી પણ પારવગરની છે. સને ૧૯૦૬–૭ મા આ દેશમા પાચ લાખ અગીઆર હજાર એકરમા ચા વાવવામા આવી હતી અને તેમાથી સાડીત્રેવીસ કરોડ જેટલી ચાનો પાક થયો હતો. તે પાકમાથી $\frac{1}{4}$ ભાગ ચા આ દેશમા વપરાઇ હોય તેમ ગણીએ તો–પણ કરોડો રૂપીઆની ચા પીવાનુ વિનાશકારક ધોરણ ચાલુ થયું ગણાય. ચાની સાથે વાપરવામાટે કરોડો રૂપીઆની ખાડ પણ પરદેશથી મગાવવી પડે છે. આ સર્વથી પૈસા તથા તદુરસ્તીના નુકસાનનો હિસાબ રહેતો નથી. આ સર્વ આર્થિક બોજો આપણા ગરીબ દેશમા વધારે પડતો છે, એમ કહેવામા જરાએ અતિશયોક્તિ નથી. મહાત્મા ગાધીજીના સદુપદેશથી આજકાલ કેટલીક હૉટલો બધ થઇ છે અને થતી જાય છે તથા ઘણી જ્ઞાતિઓમા ચાના બહિષ્કારમાટે સખ્ત પગલા લેવાય છે અને ઘણાં કુટુબોમાથી ચા પીવાનો ચાલ નીકળી ગયો છે. આવા હાનિકારક બોજામાથી મુક્ત થવામાટે ઉગતી પ્રજા સમક્ષ ચા–કૉફી તથા કોકોના પીણા કેટલાં જોખમકારક છે તે સમ

જાવવા સઘળા ઉપાયો લેવાની દેશના વિદ્વાનોની ફરજ છે.

ચાવિષે એક લેખકના ઉદ્દગારો

ચાવિષે એક લેખક પોતાના ઉદ્દગારો નીચે પ્રમાણે જણાવે છે–

"આ હતભાગ્ય હિદમા વિદેશીઓની નકલ કરવાની નબળી પ્રકૃતિ એટલી હદ ઓળગી ગઇ છે કે તેને અકુશમા લાવતા વિલંબ લાગશે. વિદેશીઓની નીતિરીતિની નકલો કરવામા નિર્વીર્ય દેશી મગજો એટલી હદ ઉપર ચઢી ગયા છે, કે હવે સ્વાત્માભિમાન, દેશાભિમાન અને આત્મગૌરવ સર્વને છેક ભૂલી ગયા છે."

"ચા જેવી જે ક્ષુદ્ર ચીજે આપણને નિર્લજ્જ બનાવ્યા છે, તે ઝેરી છે અને કોઇપણ રીતે ફાયદાકારક નથી, એમ જાણ્યા છતા આપણે હોસે હોસે તે પીએ છીએ; એટલુ જ નહિ પણ તેને સ્વદેશી ચીજ માનીને તે વાપરીએ છીએ અને જેઓ સ્વદેશી તથા બહિષ્કારના મેળાવડાઓ અને મંડળીઓ જમાવે છે, તેઓ પણ આ ચાની પાર્ટી' આપે છે"

"જો હિદુસ્તાનમા ચાનું વ્યસન લાગુ ન પડ્યું હોત તો વિદેશી ખાડ આટલી બધી પ્રચલિત થાત નહિ ખરૂં જોતા ખાડનો મુખ્ય વપરાશ, આ ડાકિણી ચાનેજ આભારી છે આ રીતે ચાએ આપણા ખિસ્સા ઉપર જબરો બોજો નાખ્યો છે અને ધર્મથી વિમુખ કર્યા છે, તે વાત સમજ્યા પછી ચાને સ્વદેશી કહીને વધાવી લેવી તે શું શરમભરેલુ નથી ?"

"આટલેથીજ ચાની ખરાબી થતી નથી. ચા હિંદુસ્તાનમા પાકે છે તે વાત ખરી છે, પણ તેના ખેડુતો કોણ છે ? તે ચા કેવી રીતે પકવવામા આવે છે ? કોના લોહીના ભોગે કોણ પૈસા મેળવે છે ? અને એ માતબર ખેડુતોની નીચતા કેટલી હદસુધી પહોચી છે ? તેનો ચાના વાપરનારાઓએ અને સ્વદેશી ચીજતરીકે ચાના વખાણ કરનારાઓએ કદી વિચાર કર્યો છે ?"

"ચા બનાવવાના બગીચા આસામ, નીલગિરિ જેવા પ્રદેશોમાં ઘણા છે. તે બગીચાના માલીકો લગભગ અંગ્રેજોજ છે આ ચા ઉગાડવા, ઉછેરવા અને તેને તૈયાર કરવાના કામ ઉપર જે મજુરો છે, તે સઘળા

હિંદી મજુરો છે. તે મજુરોની સખત મહેનતવડે કરોડો રૂપીઆની ચા ઉત્પન્ન થઈ અંગ્રેજી ચાવાળાઓને કરોડો રૂપીઆનો નફો મળે છે.”

“તે મજુરોને ઘણો હલકો પગાર આપે છે અને જ્યારે તેઓ ઠરાવેલું કામ કરી શકતા નથી, ત્યારે તેઓને નેતરની સોટીવતી નિર્દય-પણે એટલે સુધી મારે છે, કે તેમની ચામડીમાથી લોહી નીકળી ચામડી રંગાઈ જાય છે, તોપણ શિક્ષા બંધ કરતા નથી! આ સિવાય તે મજુરો ઉપર અનેક પ્રકારનો જુલમ ગુજારવામા આવે છે. સ્વરૂપવાન સ્ત્રીઓને વિષયાંધ ગોરા દેવોના કામાગ્નિમા પાતિવ્રત્યપણાની આહુતિ આપવી પડે છે. રાજીખુશીથી તેમ ન કરે તો તેને તેમ કરવાની ફરજ પાડે છે તે મજુરોના ફોટા લેવામા આવ્યા હોય છે અને તેમની પાસેથી પાચ વરસનું એગ્રીમેન્ટ લખાવી લેવામા આવે છે, તેથી તેઓ નાસી જઈ શકતા નથી જે નાસી જાય છે તેને મજુરો-ના એજંટો ફોટાની મદદથી પકડી પાડી તેના માલેકોને પાછા સોપે છે અને ત્યા તેનાપર પહેલા કરતા પણ વધારે ત્રાસદાયક જુ-લમ ગુજારવામા આવે છે તે ગોરાની ઉપર ફરિયાદ થઈ શકતી નથી, કારણ કે પોતાની સામે ફરિયાદ કરનારા મજુરના જડજો પો-તેજ હોય છે, કેમકે સરકારે તેમને થર્ડ ક્લાસ મેજીસ્ટ્રેટની સત્તા આપેલી હોય છે બંધુઓ! દયા છે? હૃદય છે? તમારી જે ચાને માટે હિંદી મજુરોને-તમારા લાચાર ભાઇઓને મરણશરણ થતાસુધી ગુલામગીરીની હાડમારી ભોગવવી પડે છે, જે ચાને માટે તેમને શરદી-વાળી ગંદી જમીનમા હલકા ખોરાક ઉપર જીવન ગાળવું પડે છે, જે ચાને માટે તેમને ચામડી ફાટી લોહીની ધારાઓ વરસતા સુધી માર ખાવો પડે છે, જે ચાને માટે નિરાશ્રિત હિંદી બહેનોને પોતાના પાતિવ્રત્યની આહુતિ આપવી પડે છે, જે ચાને માટે પ્રાણથી પ્યારા પતિપત્નીને હમેશને માટે બળાત્કારથી ફારગતી આપવી પડે છે, તે **ભયંકર ચાને** મોટાઇના ડોળની ખાતર સ્વદેશી ચીજ ગણીને તમારા પેટમા રેડતા હજી પણ તમને કમકમાટી આવતી નથી? “મારે ઘેર

તો રોજ ૧૦ વખત ચા ઉકળે છે" "મને ચાવિના ચાલતુ નથી" "ચા તો મારૂ જીવન છે" "ખાધાવિના ચાલે પણ ચા વિના તો મને નહિ ચાલે" વગેરે શરમભરેલા વાક્યો બોલતા હજી પણ કંઇ લાગણી ઉત્પન્ન થશે કે નહિ? શુ તમે ચા પીઓ છો? અમે તો કહીએ છીએ કે, **ચાનો પ્યાલો નહિ પણ રક્તનો પ્યાલો તમે પીઓ છો!** હિંદી મજુરોની ચામડી ફાટીને જે લોહી નીકળે છે, તે પીઓ છો! શુ ચાના પ્યાલામા તમે લોહી જેવો રંગ જોતા નથી? અમે તો કહીએ છીએ કે, તે ચા નથી પણ પતિવ્રતા સ્ત્રીઓના નષ્ટ થતા પાતિવ્રત્યના અશ્રુબિંદુઓ છે. શુ તમે ચાદાનીના ઢાકણા ઉપર તે બિંદુઓને જોતા નથી? અમે તો કહીએ છીએ કે, તે ચા નથી, પણ નિર્દોષ મનુષ્યોની હાયવરાળ છે. શુ તમારા ચાના ભરેલા પ્યાલામાથી નીકળતી વરાળ તમને તે વાતનુ ભાન કરાવતી નથી? શું તમને ચા પીતી વખતે ગરીબ મજુરોની પીઠ ઉપર પડતા ચાબૂકના મારનુ હજી પણ સ્મરણ નહિ થાય?"

"મારા સ્વદેશી બાધવો! ચાલો, આપણે પ્રતિજ્ઞાઓ કરીએ કે, ધર્મભ્રષ્ટ વિદેશી ખાડની મોટી મા, દેશીઓનુ રક્ત, સતીઓના શાપ, બાળકોની ગાળ, ગરીબોની હાય–ચા! અમે અમારી જીદગીમા કદી પણ પીશુ નહિ! બીજાઓને પીતા અટકાવી સ્વદેશસેવા બજાવવા યત્નો કરીશુ. હૃદયવિનાના દેશી શેઠીઆઓની આગળ રડીને, તેમને પગે પડીને, કાલાવાલા કરીને, સમજાવીને, કરગરીને, તેમના હાથથી થતા આ પાપથી તેમને બચાવવા પ્રયત્ન કરીશુ. ઈશ્વર આ કામમા અમને સહાયતા આપો! અસ્તુ."



૧૯—ચા-કૉફીનો વધુ ચિતાર

(લેખક—મ૦ મૂ૦ ત્રિવેદી, 'વૈદ્યકલ્પતરુ''ના ૨૧ મા વર્ષની ભેટમાથી)

કૉફી—બુંદદાણાથી થતું નુકસાન!

કૉફીના ગુણદોષ લગભગ ચાને મળતાજ છે. કૉફી થાકી ગયેલા માણસને ચાલાક બનાવે છે અને ઉજાગરો કરવો હોય, ત્યારે તે બહુ ઉપયોગી થઈ પડે છે કૉફી શરીરના અવયવોને શાંતિ આપે છે અને મગજને ઉશ્કેરે છે. ઘણા થાકમા તથા અજીર્ણથી જે ઘેન ચઢે છે, તે ઉતારવામા કૉફી સારી અસર કરે છે. સાધાના દુઃખાવામા તથા પગમા કળતર થતી હોય તેમા પણ કૉફી સારો ગુણ આપે છે, પણ કૉફીના આ સર્વ ગુણો જે લોકો તેનું નિત્ય સેવન કરે છે, તેને બીલકુલ ફાયદો કરતા નથી, પણ ઉલટુ નુકસાન કરે છે.

જેમ લીલી ચા બનાવવામાટે તેની ઉપર રગ ચઢાવવામા આવે છે, તેમ કૉફીમા ઘેરો રગ લાવવામાટે ચીકોરી નામના મૂળીઆનુ મિશ્રણ કરવામા આવે છે કૉફીના વેપારી નફો લેવા કૉફીમા ચીકોરીનો ભેગ મેળવે છે; તેમ ચીકોરીના વેપારી પણ ચીકોરીમા રંગ, ગાજર અગર ઇટના ભૂકાનો ઉપયોગ કરે છે.

ડૉ. કેલોગ એમ. ડી. જણાવે છે કે.—''દારૂના વ્યસન કરતા પણ હાલમા ચા—કૉફી વધારે નુકસાન કરી રહ્યા છે; એટલા માટે વ્યસનનિષેધક મડળીઓએ લોકોમા તે વિષે વિશેષ અજવાળુ પાડવાની જરૂર છે."

દશ કરોડ રૂપિયા ચા—કૉફીમાં!

હિંદુસ્તાનમા ચા પીવાનો શોખ દિવસે દિવસે વધતો જાય છે. ચાના બગીચાવાળાઓ મોટે ભાગે વિદેશી હોય છે અને તેઓએ હિંદમા ચાનો ખપ વધારવામાટે સને ૧૯૧૬ મા રૂા દોઢલાખ નોખા કાઢયા હતા, જેના પરિણામમા તેજ વર્ષમા આશરે સાડાત્રણથી ચાર કરોડ રૂપિયાનો ચા હિંદમા વેચાયો હતો. ૧૯૧૭ મા સવા બે લાખ

રૂપિયા બાજુએ મૂક્યા હતા, પણ તે વર્ષમા કેટલો ચા વેચાયો તેનો રિપોર્ટ બહાર પડેલો ન હતો. એવો અડસટ્ટો કાઢવામા આવે છે કે, ચા પાછળ આશરે ૪ કરોડ અને વિદેશી ખાડ પાછળ ૬ કરોડ મળી ૧૦ કરોડ રૂપિયા ફક્ત ચા-કૉફી પાછળ ખરચવામા આવે છે બદલામા ચા-કૉફીનુ દાસત્વ તથા નબળી પાચનશક્તિ મળે છે. દરેક સમજુ માણસને પોતાના ઘરમાથી ચા, કૉફી તથા કોકો જેવા વિનાશકારક પીણાનો જેમ બને તેમ જલદીથી બહિષ્કાર કરી આરોગ્ય તથા ધનનું રક્ષણ કરવુ ઘટે છે. જે ધનનો ઉપયોગ પરદેશીઓના ખીસ્સા તર કરવામા થાય છે, તે ધનનો ઉપયોગ જો દેશમા વિદ્યા-હુન્નર વગેરે વધારવામા થતો હોય તો કેવુ સારૂ!

કોકો

કોકોનો ઉપયોગ આપણા દેશમા ચાના ઉપયોગ જેટલો વિશાળ પ્રમાણમા થયો નથી, તેનુ કારણ તે ચા કરતા કઇંક મોઘો છે, તોપણ જે લોકો ચાલુ જમાનામા પોતાને 'ફેશનેબલ' કહેવડાવે છે, તેવાઓને ત્યા કોકો પૂર્ણ સત્તા ભોગવે છે. ચાની પેઠે કોકો પણ પાચનશક્તિને મદ પાડે છે. તેમા પણ નિશો રહેલો છે, કેમકે જેને તેનુ વ્યસન પડે છે, તે તેને મૂકી શકતો નથી કોકો પીવાથી ચામડી જડ્ડર બને છે, લોહી તથા બળ ક્ષીણ થાય છે અને વીર્ય કે જેનો સગ્રહ દરેક મનુષ્યે કરવોજ જોઇએ તેને તે હરી લે છે.

કોકોની ઉત્પત્તિવિષે જો જાણવામા આવે તો જેઓના હૃદય દયાળુ હોય છે, તેઓ કદી તેનો ઉપયોગ કરેજ નહિ જે ઠેકાણે કોકો પેદા થાય છે, ત્યા સીદીઓ ઉપર એટલો બધો જુલમ ગુજારવામા આવે છે, કે જો તે આપણે નજરે જોઇએ તો ચક્કરી આવે અને તે પીવાની કદી ઇચ્છા ન કરીએ કોકોના ખેતરોમા ગીરમીટીઆ મજુરો ઉપર થતા જુલમોવિષે મોટા મોટા પુસ્તકો રચાયા છે જે વસ્તુ મનુષ્યોના અતઃકરણો બાળીને તથા રક્ત ચૂસીને પકવવામા આવે છે, તે વસ્તુ મનુષ્યજાતને પુષ્ટિ આપીજ કેમ શકે?

કોકોમા ચા-કૉફીના દોષો પણ રહેલા છે. કોકોનો અતિ ઉપયોગ પૈસા તથા આરોગ્યનો નાશ કરવાવાળો છે. જે લોકો ચા-કૉફી અગર કોકોમા પોતાના નાણાનો વ્યય કરે છે, તે લોકો જો તે વસ્તુને બદલે દૂધ લેવામા વ્યય કરે તો તેમના આરોગ્યનુ ઘણી સારી રીતે રક્ષણ થઇ શકે, તેમ છતા જે લોકોને તેનાવિના ચાલતુ જ ન હોય તે લોકોએ તુલસીનો નિર્દોષ અને પુષ્ટિકારક ચા પીવાનો ચાલ દાખલ કરવો તેથી જઠરાગ્નિ પ્રદીપ્ત રહેશે અને તુલસીમા શક્તિ આપવાનો ગુણ હોવાથી શક્તિ પણ મળશે, પરતુ જેને તે ચા અતિ ગરમ લાગે, તેણે ઘઉને બરાબર સાફ કરી ચૂલાપર બુદદાણાની માફક શેકી તેનુ ચૂર્ણ બનાવી તેનો ચા બનાવી તે પીવો. આવી રીતે બનાવેલો ઘઉનો ચા પણ પુષ્ટિકારક છે. આ ચાથી તદુરસ્તી તથા પૈમા બનેનુ રક્ષણ થઈ શકશે.

૨૦—ગામઠી વનસ્પતિઓની ચ્હા

તુલસી, કલ્લાર, બીલી, લજામણી અને આબો, આ પાચે વસ્તુઓના પાન (એમા આબાના પાન કુમળા લેવા) લઈ તેને છાયે સૂકવી અધકચરા કરી રાખવા. ભૂખને મારનારી અને લોહીને બગાડનારી હાલની ચ્હાને ઠેકાણે આ આરાગ્યદાયક અને વગરખર્ચે તૈયાર થતા ઘરાળુ વનસ્પતિઓના ભૂકાને થોડી વાર પાણીમા ઉકાળી લેવાથી જે ચ્હા તૈયાર થાય છે તે ભૂખ લગાડે છે, વાયુ હઠાવે છે, લોહી સુધારે છે અને એકદરે વાયુ, પિત્ત અને કફ, એ ત્રણમાથી કોઇ પણ પ્રકારની પ્રકૃતિવાળાને માફક આવે છે.

જેઓ ગરમાગરમ પીણાની કુટેવ નજ છોડી શકતા હોય, તેમને માટેજ ઉપલી ઘરાળુ ચ્હાની સૂચના છે; નહિ તો માણસને માટે એટલુ પણ ગરમાગરમ પાણી પીવુ એ આતરડાને શેકીને નિર્બળ બનાવનારૂ છે. પથારીમાથી ઉઠ્યા પછી થોડા કોગળા કરીને લોટામાનું રાતનું ભરી મૂકેલું અને તે નહિ તો છેવટે તાજું પાણી પણ એક

પ્યાલો રોજ પીધા કરવાથી જે ઉત્તમ લાભ થાય છે, તેના અસાધારણ ફાયદાઓ તો આ બાબતની અજમાયશ એક મહિનો ચ્હા અને બીજું ગરમાગરમ પીણુ છોડીને કરી જોવાય ત્યારેજ સમજાય તેમ છે.

૨૧—ચ્હા એ શું ખોરાક છે?

ચ્હા એ ખોરાક છે કે કેમ ? આ બાબત ઘણા ડૉકટરો પ્રયોગો કર્યાજ કરે છે; અને લગભગ બધા એકમત થયા છે કે, ચ્હાને ખોરાક કહેવો તે મૂર્ખાઇ છે ચ્હા તો માણસના શરીરને અશક્તિ લાવવાવાળી ચીજ છે જ્યારે કોઈ પણ કારણે શરીર થાકી જાય છે અને કુદરત કહે છે કે "તુ કામ કરતો નહિ" ત્યારે આ થાકેલો માણસ ચ્હાનો પ્યાલો લઇ પેટમા ઝેર નાખે છે આ ઝેર કહે છે કે—"રસ્તો ખુલ્લો છે, આગળ ચલાવ." આ પ્રમાણે થાકેલો માણસ કુદરતની વિરુદ્ધ જઇ કામ શરૂ કરે છે પરિણામ એ આવે છે કે, તેને થાક વધુ ને વધુ લાગતો જાય છે અને છેવટે ટાટીઆ ભાગી જાય છે. ચ્હાના શોખીનો સમજી જઇ ચ્હાને બદલે છાશ પીવાનું ચાલુ કરે તો જરૂર ટાટીઆમા વધારે બળ આવે ચ્હા પીવાથી તો ઉપર જણાવ્યુ તેમ ટાટીઆ ગળી જવાનાજ પ્રભુએ આખ આપી છે, તેનો ઉપયોગ કરી જોનારને માટે દુનિયામા દાખલા ઓછા બનતા નથી. અધાને માટે તો કુદરતે મોટી ખાઇ ખોદી રાખી છે; ભલે આવીને તેમા પડે !

૨૨—ચ્હા અને કૉફી

(હિદી 'માધુરી' ઉપરથી)

તંબાકુની પેઠે ચ્હા—કૉફી પણ ભારતવર્ષમા ખૂબ પ્રચલિત છે. મહારાષ્ટ્ર અને દક્ષિણમા તેનો સૌથી વધુ પ્રચાર છે જાહેરખબરબાજો તેને "તાજા કરનારી માત્રાઓ" કહે છે. કોઇ કોઇ તો ગરમ ચ્હાથી તાવને દૂર કરતા ફરે છે; પણ માનનીય (જસ્ટિસ) ન્યાયમૂર્તિ

રમેશમના મત પ્રમાણે 'તે પદાર્થો ભોજ્ય નથી પણ વિષ છે. તેના નિરંતર સેવનથી એક બે પેઢીમા તે કુટુબના લોકોની જીવનશક્તિ ક્ષીણ થઇ જાય છે ઘણાખરા નાના–મોટા વ્યાધિઓ ચ્હા અને કૉફીની ટેવને લીધેજ થાય છે ડૉ. વિલિયમ ટિબ્સ કહે છે કે, ચ્હા-કૉફી પીનારાઓ કહે છે કે એક પ્યાલો પીવાથી જાગૃતિ આવે છે અને શક્તિ વધે છે તેનુ ખરૂ કારણ તો તેમા મળેલા દૂધ અને સાકર છે જેઓ ચ્હા–કૉફીની આદતવાળા છે, તેમનામા ઘણેભાગે અપચો, હૃદયમા દાહ, ચહેરાનું કરમાઈ જવુ, ગભરાટ, હૃદયની અનિયમિત ગતિ, તેનુ ધડકવુ, માથાનો દુ ખાવો અને નિદ્રારોગના ચિહ્ન દેખાઈ આવે છે. એક ડૉકટરે ઉમેર્યું છે કે, કૉફીના એક પ્યાલામા મૂત્રના કરતાએ વધારે યૂરિક ગેસ રહે છે હજારો સ્ત્રીપુરુષો–જેઓ નિદ્રા, શિથિલતા, અપચો અને બધકોશની બૂમો પાડયા કરે છે, તેનું કારણ આ આદતજ છે ચ્હા અને કૉફી પીનારાઓને કદાચ ખ્યાલ પણ નહિ હોય કે તે ચીજોના સેવનથી તેઓ રક્તસચલનને તેજ કરનારી માત્રાઓ લે છે.

ઘણા લોકો કહે છે કે, ચ્હા અથવા કૉફી પીધા બાદ તેમનો થાક દૂર થાય છે. આ બહુજ ભૂલભરેલી માન્યતા છે. વાસ્તવિક રીતે આ માત્રાઓ શિથિલતાના કેન્દ્રોને ટુક સમય માટે જરૂર બંધ કરે છે, પણ તેનો ભાવ સ્થાયી નથી હોતો ઘણે ભાગે ચ્હા અને કૉફી પીનારાઓનેજ સખ્ત અપચો રહ્યા કરે છે; કારણકે તેના સેવનથી પેટમા ગાઠો બધાઈ જાય છે.

બાળકોને માટે તો તે ખાસ વર્જ્ય છે તેના સેવનથી તેમની ઉંઘ ઓછી થઇ જાય છે. વાસ્તવમા બાળકોમાટે ઉંઘ ખાસ જરૂરની છે. ચઢતી વયમા તેનુ સેવન કરવાથી આયુષ્ય ઓછુ થવા લાગે છે.

૨૩-ઠંડી કુલફી મલાઈ! ગરમાગરમ ચ્હા કૉફી

(દૈનિક 'હિંદુસ્તાન'માથી)

આ બૂમ શહેરોમા રહેનારાને કાને હમેશા પહોચે છે આ બૂમોએ માણસોની હોજરી બગાડવામા પૂરેપૂરો ભાગ ભજવ્યો છે. મહાન

ડૉક્ટરોનુ કહેવુ એવુ છે કે, શરીર સારૂ રાખવાને માટે પ્રભુએ મોને દરવાજો બનાવ્યો છે જો ઘરના બારણામા આપણે સારા માણસને દાખલ કરીએ તો નુકસાન થાયજ નહિ; પણ જો બેદરકારીથી અથવા જાણીબુઝીને તેમા ખરાબ માણસો દાખલ થઈ જાય, તો જરૂરજ નુકસાન થાય છે એમ કહેવામા આવે છે કે, જે વસ્તુઓ ગમે તેટલી વખત મોમા રાખવા છતાં કોઇ પણ જાતનુ દુખ ન થાય, તેજ વસ્તુઓ ખાવા–પીવામા વાપરવી જોઇએ કુલફી, મલાઇ કે આઇસક્રિમ આપણે મોમા જરા વાર પણ રાખી શકતા નથી અને તરતજ ગળાનીચે ઉતારવા મહેનત કરીએ છીએ, તેમજ ગરમાગરમ ચ્હા–કૉફી પણ આપણે મોમા રાખી શકતા નથી અને તરતજ ઉતારી જઇએ છીએ. આવી બેહદ ઠડી કે બેહદ ગરમ ચીજો ખાવાથી જઠરાગ્નિને બહુજ નુકસાન પહોચે છે. આપણા શરીરની અદર મોથી શરૂ થઇને ઠેઠ પુઠસુધી એક સળગ નળી છે. આ નળીને અદરથી ફરતુ ઝીણુ ચામડાનુ પડ છે આ પડ એવુ સૂક્ષ્મગ્રાહી છે કે આપણા શરીરની ગરમી કરતા વધારે ગરમ કે વધારે ઠડી ચીજ તેના સગમમા આવે તો તે કઠણ થઇ જાય છે આમ થવાથી તેનું કામ તે કરી શકતુ નથી અને તેથીજ ખોરાક પાચન કરવાની ક્રિયા મદ પડે છે. આટલા માટેજ બહુ ગરમ કે બહુ ઠંડી ચીજોથી ચેતતા રહેવાની જરૂર છે. આપણા કેટલાક શોખીન ભાઇઓ, સ્વાદના રસીઆ અને ગરમાગરમ દાળ કે કઢીના સબડકા લેવાવાળાઓએ પણ આ વાત લક્ષ્યમા રાખવા જેવી છે. ચ્હા, કૉફી, કુલફી, મલાઈ વગેરેના રસિકો આની નોધ લેશે કે? આ પોથીમાહેલા રીગણા નથી હો ભાઇ!!

૨૪–'સેકેરીન' દેશનિકાલ !

સાકરથી ૫૫૦ ગણી ગળી 'સેકેરીન'ને બધા ઓળખે છે આ કોલતારની બનાવટ છે લાબો વખત તે વાપરવામા આવે તો ઝેરી ગણાય છે. સાકરને બદલે ઘણા માણસો આ ચીજનો ઉપયોગ કરે છે.

બેલ્જીઅમ સરકારે આ ચીજ મગાવવાની, વાપરવાની, બહાર ચઢાવવાની કે રાખવાની પણ મનાઇ કરેલ છે જે જે ચીજોની બનાવટમા 'સેકેરીન' વાપરવામા આવેલ હોય, તેને પણ આ કાયદો લાગુ પાડયો છે. ખોરાકની ચીજમાથી તો 'સેકેરીન'ને દેશનિકાલ કરવાની ખરેજ જરૂર છે. લેમોનેડ અને શરબતોમા એ બહુ વપરાય છે. હોટેલની ચ્હામા પણ વપરાય છે; છતા પ્રજા સમજતી નથી અને સરકાર કશુ કરતી નથી.

૨૫–તમાકુના ભક્તોને ભયની ચેતવણી

(લેખક–મણિશંકર મૂળશંકર ત્રિવેદી)

તમાકુનો ઉપયોગ ત્રણસો વર્ષ પહેલા અમેરિકામા થતો હતો. દેખાદેખીથી ત્રણસો વર્ષમા તમાકુનો ઉપયોગ એટલો બધો વધી પડયો છે કે એવુ એકે ગામડું નહિ હોય કે જયા તમાકુનો ઉપયોગ નહિ થતો હોય. જયા ગામડાની વાત કરવામા આવે છે ત્યા શહેરની તો વાતજ શી કરવી? તમાકુનો આટલો બધો ફેલાવો થવાનું મુખ્ય કારણ દેખાદેખીજ છે. જનસ્વભાવ એવો છે કે, કોઈ પણ નઠારી વાત ઉપર તેના મનની પ્રવૃત્તિ જલદી થઇ જાય છે. વળી તમાકુ એક દેશમાથી બીજા દેશમા નવાઇની વસ્તુતરીકે ફેલાઈ અને ચડસાચડસીથી લોકો તેનો છૂટથી ઉપયોગ કરતા શીખ્યા.

તમાકુમાં કેફી પદાર્થો

તમાકુમા ત્રણ પ્રકારના કેફી પદાર્થો જોવામા આવે છે.–(૧) તમાકુમા **નિકોટીન** નામનો ચીકણો તેલ જેવો પ્રવાહી પદાર્થ હોય છે, તે બહુ ઝેરી છે. તેમા તમાકુની વાસ આવે છે અને તીખો હોય છે તેનું એકજ ટીપુ કૂતરાને આપ્યુ હોય તો કૂતરૂં મરી જાય છે. તે ઝેર તાપથી ઉડી જાય છે. (૨) તમાકુમા બીજો **તેલ જેવો કડવો પદાર્થ** રહે છે. મો ઉપર મૂકવાથી તમાકુના જેવીજ તેની અસર થાય છે નાકે લગાડવાથી છીંક આવે છે અને ખાવાથી ફેર તથા ચક્કર આવે છે અને ઉલટી થાય છે. (૩) તમાકુમા **તીખાશવાળું**

તેલ રહે છે આ તેલ ઝેરી છે, તે ઉડી જતુ નથી તેનુ એક ટીપુ બિલાડીને બે મીનિટમા મારી નાખે છે. આ ત્રણે પ્રકારના ઝેર તમાકુમા રહે છે, પણ તાપમા તે ઉડી જાય છે, તેમજ ઘણા થોડા પ્રમાણમા હોવાથી માણસને તમાકુનો ઉપયોગ કરવાથી મારી નાખતા નથી; તોપણ આ ત્રણે તત્ત્વો તમાકુ પીનાર ઉપર અસર કરે છે જે લોકો તમાકુ બહુ પીએ છે, તેમનામા હમેશા નિશો રહે છે અને તેનુ શરીર વહેલુ બગડે છે.

તમાકુ સુંઘવા, ખાવા ને પીવાથી થતી ખરાબી

તમાકુ સુઘવાથી નિશો ઘણા ઓછા પ્રમાણમા આવે, છે અને કેટલીક વખત માથાના દરદ તથા સળેખમને શાત કરે છે, પણ તેના વખતોવખતના ઉપયોગથી કશો ફાયદો માલમ પડતો નથી એના અતિ ઉપયોગથી નાકની અંદર ચાદી અને માથાના, ગળાના અને પેટના દરદો થાય છે. વળી છીકણી સુઘવાથી નાક તથા સાદને ઇજા થાય છે. છીંકણી ઘુંટનારને ક્ષય વગેરે દરદો થયાના ઘણા દાખલા માલમ પડ્યા છે.

તમાકુ ખાવાથી અપચો, અજીર્ણ, મોનુ ગધાવું, દાતનો સડો, અતિસાર, મરડો, ફેર વગેરે રોગ લાગુ પડે છે તમાકુ ખાનારને વળી થુકવા માટે વખતોવખત ઉઠવું પડે છે અને એ રીતે પણ તમાકુ ખાનાર બીજાને સુગ અને અણગમો પેદા કરે છે

તમાકુ ત્રણ રીતે પીવાય છે -(૧) હોકાથી, (૨) ચલમથી અને (૩) બીડી અથવા ચીરૂટથી. દરેક રીતે પીવાથી તમાકુનો ઝેરી ધુમાડો પીનારના શ્વાસોચ્છ્વાસમા જઇ મોના, ગળાના, દમના, મગજના અને જઠરના જૂદા જૂદા રોગોને પેદા કરે છે અગર તો તેવા રોગોને લાયક શરીરને બનાવે છે વળી તમાકુ પીનારની સ્મરણશક્તિ મદ પડી જાય છે.

તમાકુનો ઉપયોગ કરવા કુદરત પણ ના કહે છે.

દાખલાતરીકે જે માણસે તમાકુનો ઉપયોગ કદી નહિ કર્યો હોય તેને જો થોડીક પણ તમાકુ ખાવા આપશુ તો તેને ઉલટી થઇ ફેર આવે છે. કુદરતજ તેને શરૂઆત કરતા અટકાવે છે, છતા તે ખાવામાજ મર્દાઈ છે •

એમ માની વખતોવખત અભ્યાસ કરી તેને ખાવાની ટેવ પાડે છે.

તમાકુમા પિત્ત વધારવાનો, મદ ચઢાવવાનો, ભ્રમ કરવાનો તથા આખના તેજને હરી લેવાનો ગુણ છે. તમાકુમા ઝેર રહેલું હોવાથી જનાવરોના–કીડીઆળા ઘરોમા તે દાબવાથી કીડા તથા જતુઓ મરી જાય છે. તેના પાન અડવૃદ્ધિ (વધરાવળ) ઉપર સીલારસ ચોપડી બાધવાથી ફાયદો કરે છે. તેના પાણીથી જૂ મરી જાય છે. તેના નિત્ય સેવનથી શરીરમા ટુંક વખતમાટે તે જાગૃતિ પેદા કરે છે, પણ પછીથી તેના વગર ચાલતુ નથી અને તે પોતાનું છુપુ ઝેર શરીરમાં દાખલ કરી શરીરના સારા અવયવોને પણ ઝેરી બનાવે છે.

તમાકુ પીનારાઓને સૂચના

તમાકુનું વ્યસન દુષ્ટ છે તેનાથી કોઇ પણ પ્રકારનો લાભ છેજ નહિ. ફક્ત થોડાક વખતસુધી તે શરીરને નિશામાં રાખે છે, પણ અતે તો તમાકુથી શરીર ફિક્કું પડી જઇ પાડુરોગ અને ક્ષયરોગ થાય છે. તમાકુને લીધેજ દારૂ પીવાનુ વ્યસન પડે છે તે સંબંધમા ન્યુયૉર્કમા તમાકુવિરુદ્ધ હિલચાલ ચલાવનારી મડળી (ન્યુયૉર્ક એન્ટી ટૉબેકો સોસાયટી) પોતાના રિપોર્ટમા જણાવે છે કે, થુક પેદા થાય છે તે ગ્રથિઓ(સૅલીવરી ગ્લાન્ડસ)માથી તમાકુ પીવાથી તથા ખાવાથી થુક ખૂટી જાય છે અને તેથી તમાકુ પીધા અગર ખાધા પછી (કેટલાકોને) દારૂ પીવાનું મન થાય છે. તમાકુથી નાડી નરમ પડે છે, શરીર ફિક્કુ થઇ જાય છે, મોમા ચાદીઓ પડે છે, પેટમા ભયકર વ્યાધિ થાય છે, લોહી અનિયમિત રીતે ફરે છે અને આખે અધાપો આવી જાય છે કેટલાક એમ કહે છે કે, તમાકુથી અમને ઝાડા તથા પેશાબનો ખુલાસો રહે છે વખતે તેમ હશે; પણ જે લોકો તમાકુ નથી પીતા તેને પણ ઝાડા તથા પેશાબનો ખુલાસો રહે છે એકદરે જોતા તમાકુ શરીરને બગાડનાર ચીજ છે. તમાકુ અનાજ નથી. તે નથી દૂધ કે નથી પુષ્ટિ આપનારો પદાર્થ. તમાકુ પીનારાઓએ આ સર્વ વાચી–વિચારી તમાકુને ધીમે ધીમે કાઢી નાખવા પ્રયત્ન કરવો.

તમાકુવિષે નામાંકિત ડૉકટરોના અભિપ્રાય

ડૉ૦ પ્રાઉટ—લખે છે કે, તમાકુ પીવાથી માણસો નબળા પડી જાય છે. લોહીમાથી લાલાશ ઘટી પીળાશ આવે છે છીકણીથી અજીર્ણ, કલેજાં તથા જઠરના દરદો વગેરે થાય છે અને એવા દરદોથી મૃત્યુ થયેલા દાખલાઓ મોજુદ છે

ડૉ૦ ટેલર—લખે છે કે, ૧૮૭૭મા એક માણસે લાકડાની એક ચલમ સાફ કરી પોતાના છોકરાને રમવા આપી. છોકરાએ તે ચલમનો ઉપયોગ સાબુના પરપોટા ઉડાડવામા કર્યો, તેથી તમાકુનું ઝેર મોઢારા તે છોકરાના શરીરમા દાખલ થયુ. તેની અસરથી છોકરો બેશુદ્ધ થઇ મરી ગયો

ડૉ૦ ટવીચેલ—કહે છે કે, તમાકુથી ફેફસા, હૃદય અને જઠરના સ્નાયુ નરમ પડી જાય છે કોઇ કોઇ વખતે હૃદય એકદમ ઓચીતુ બધ થઈ મરણ પણ થઈ જાય છે

ડૉ૦ કલન—જણાવે છે કે, ઘડપણ આવ્યા પહેલા તમાકુથી સ્મરણશક્તિ નાશ પામેલી, મૂર્ખતા આવેલી અને જ્ઞાનતતુઓની હારમાળા બગડી ગયેલી એવા ઘણા દાખલા મારા અનુભવમા આવ્યા છે.

ડૉ૦ ઑલકૉટ—કહે છે કે, તમાકુથી શરીરને બીજાં જે નુકસાનો થાય છે, તેના કરતા સ્મરણશક્તિને વધારે નુકસાન થાય છે, એ વાત ચોક્કસ છે.

ડૉ૦ એલીન્સન—કહે છે કે, ફ્રાન્સદેશમા ખાસ જોવામા આવ્યું છે કે જેમ જેમ તમાકુનો ઉપયોગ વધારે થતો જાય છે, તેમ તેમ ગાડા થઇ જતા માણસોની સખ્યા પણ વધતી જાય છે.

ગવર્નર સલીવાન—પોતાના સ્વાનુભવથી લખે છે કે, “તમાકુ મને જડ અને સુસ્ત કર્યાવિના, મારી નિત્યના વિચારની ચંચળતામા ખલેલ કર્યાવિના અને મારી માનસિક શક્તિને નબળી પાડ્યાવિના કદી રહી નથી.”

ફ્રાન્સદેશની શાળાઓમા તમાકુના ઉપયોગની અટકાયત છે, તેમજ યુનાઇટેડ સ્ટેટમા લશ્કરી શાળામા બીડી પીવાની સખ્ત મ-

નાઈ કરવામા આવી છે.

તમાકુવિષેના આ સર્વ અભિપ્રાયો વિદ્વાન અને નામાંકિત ડૉક્ટરોના છે, માટે તેનો ઉપયોગ કરનારાઓએ આ ઉપરની શિખામણ ધ્યાનમા લઇ જેમ બને તેમ તેનો જલદીથી નિષેધ કરવો એજ સલાહ તથા સલામતીભરેલું છે

તમાકુવિષે મહાત્મા ગાંધીજીનો ઉપદેશ

જેવી રીતે દારૂ, ભાગ તથા અફીણ ખરાબ છે, તેથી પણ તમાકુ વધારે ખરાબ છે તમાકુની સત્તા મનુષ્યજાતિપર એટલી બધી વધી ગઇ છે કે, તેમાથી છૂટવાને માટે ઘણો વધારે સમય લાગશે નાનાથી મોટાઓ સર્વ તેના ઝપાટામા આવી ગયા છે. આશ્ચર્યકારક તો એ છે કે, નીતિમાન માણસો પણ તમાકુનો છૂટથી ઉપયોગ કરે છે. મિત્રના સન્માનમાટે આજકાલ તમાકુ એક ઉત્તમ સાધન થઈ પડયું છે. સાધારણ મનુષ્યો તો જાણતા નથી કે, તમાકુનું વ્યસન દૃઢ થાય એટલા માટે સીગારેટ અગર ચીરૂટ બનાવવાવાળા તેમા એક પ્રકારનો સુગધીયુક્ત તેજાબ છાટે છે. તમાકુને ટેસ્ટવાળી બનાવવામાટે તેમા અફીણનુ પાણી છાટે છે, તેથી તમાકુ માણસપર જાદુઈ અસર ચલાવી રહી છે. તમાકુનો ફેલાવો કરવામા હજારો રૂપિયા જાહેરખબરમા ફેકી દેવામા આવે છે યૂરોપમા ચીરૂટ બનાવનારી કપનીઓ પોતાના છાપખાના ચલાવે છે, બાયોસ્કોપ ખરીદે છે, ઇનામી ટીકીટો કાઢે છે વગેરે હજારો પ્રકારની યુક્તિઓ કરે છે. તમાકુએ પોતાની સત્તા સ્ત્રીઓપર પણ ચલાવી છે. તમાકુ-ચીરૂટથી જે નુકસાન થાય છે, તેના આકડા વિગતવાર આપી શકાય નહિ ચીરૂટ પીવાવાળા જ્ઞાનશૂન્ય બની જાય છે અને બેપરવાઈથી બીજાના ઘરમા રજાવગર ચીરૂટ સળગાવી પીએ છે અને તેમા તે શરમાતા નથી.

એવો અનુભવ થયો છે કે, તમાકુ—ચીરૂટ પીવાવાળા આથી પણ વધારે મોટા અપરાધો કરે છે. બચ્ચાઓ બીડી પીવાને માટે પોતાના માબાપથી છાના ઘરમા ચોરી કરે છે. જેલમા કેદીઓ મોટી જોખમ-

દારી સહન કરીને બીડીને છુપાવી રાખે છે. લડાઇમા ચીરૂટ પીવા-વાળાઓ ચીરૂટવગર ગાડા તથા ઉદાસ બનો જાય છે અને કોઇ પણ પ્રકારનુ કામ કરી શકના નથી

ચીરૂટનુ ખર્ચ—પણ કઇ કમતી આવતુ નથી કેટલાએક માણસો-ને તો ચીરૂટ પાછવાડે માસિક ખર્ચ રૂા. ૭૫ કરવુ પડે છે ઉપ-રોક્ત ઉદાહરણ તદ્દન સાચુ છે મુબઇમાં ચીરૂટના વેપારીઓએ માળા ખરીદ કર્યા છે, કોઇએ ફેકટરી ઉભી કરી છે; વગેરે પૈસા ફક્ત ચીરૂટના ધધામાથીજ પેદા કરવાના ઘણા દાખલા મળી શકે તેમ છે.

બીડી પીવાથી પાચનશક્તિ મદ પડી જાય છે, મોઢું ગધાય છે, બીડીના ધૂમાડાથી બહારની હવા દૂષિત થઇ જાય છે, દાત કાળા તથા પીળા પડી જાય છે. **જે મનુષ્યો નિરોગી રહેવા ઇચ્છે છે, તેઓએ બીડી તથા તમાકુને અવશ્ય છોડી દેવી જોઇએ.** દારૂ, તમાકુ, ભાગ, ગાજો આદિ વ્યસન આપણા આરોગ્યને હરી લે છે; એટલુ જ નહિ પણ આપણને ગુલામ બનાવી આપણી નીતિનો પણ નાશ કરે છે.

આપણા હિંદુસ્તાનમાં એક કરોડ રૂપિયાનો ધુમાડો થાય છે. એવું માલમ પડયુ છે કે, બહાર દેશાવરથી હિદુસ્તાનમા ૧ કરોડ રૂપિયાની સીગારેટ આવે છે. તે સીગારેટનો ઉપયોગ આપણા દેશબાધવો માત્ર ફુકી ધુમાડો કાઢવામા કરે છે. આ પ્રમાણે એક કરોડ રૂપિયાનો ધુમાડો કરી પરદેશીઓના ખીસ્સા તર કરવાનુ કાર્ય આપણે પોતેજ કરીએ છીએ. જો સર્વ ભાઇઓ સીગારેટ પીવાનો ત્યાગ કરે તો એક કરોડ રૂપિયા હિદમા બચે અને તેનો ઉપયોગ કોઈ સત્કાર્યમા થાય તો હિદુસ્તાનને કેટલો બધો લાભ થાય !

૨૬–લક્ષ્મીનો વાસ

એક દિવસ ભગવાન વિષ્ણુએ લક્ષ્મીજીને પૂછ્યુ –' હે પ્રિયે ! સ્ત્રીજાતિમા તમારો વાસ ક્યા ક્યા છે ? " ત્યારે લક્ષ્મીજીએ કહ્યું કે –

"પ્રભો! જે સ્ત્રી માતપિતા અને સાસુસસરા આદિ વડીલોની પૂજા કરે છે અને પતિ ઉપર પ્રેમ રાખે છે, તેને ત્યા મ્હારો વાસ છે"

"જે સ્ત્રી સુંદર વસ્ત્રાલંકારોથી નહિ પણ સદાચારથી પોતાના અંગને શણગારે છે, કંકણથી નહિ પણ દાનથી પોતાના હાથને શોભાવે છે, નવા નવા અભિલાષોને નહિ વધારતા આત્મસંયમનોજ વધારો કરે છે, સર્વ સાથે સૌજન્યથી વર્તી સલાહસંપથી રહે છે અને સદા મધુર વાણીથી બોલે છે, તેને ત્યા મારો વાસ છે."

"જે સ્ત્રી સદા ઉદ્યોગી, સંતોષી, પ્રસન્નમુખી, મિતાહારી અને મિતાચારી રહીને પોતાના હૃદયને અને શરીરને પવિત્ર રાખે છે, તેને ત્યા મારો વાસ છે"

"જે સ્ત્રી પોતાની જાતની, બાળબચ્ચાની, પતિની અને અન્ય કુટુંબીજનોની સંભાળ રાખે છે, બચ્ચાને પ્રીતિપૂર્વક પોતાનાજ હાથે ઉછેરે છે અને કેળવે છે, તેને ત્યાં મારો વાસ છે"

"જે સ્ત્રી સૂર્યોદય પહેલા ઉઠીને દેહ, વાળ, દાત, કપડા અને ઘરની તમામ ચીજો સાફસૂફ કરી દે છે, કાળજીપૂર્વક ઘરકામમા મંડી જાય છે અને પતિ તથા બાળબચ્ચાને સુખી રાખે છે, તેને ત્યા મારો વાસ છે"

× × × × ×

સ્ત્રી અને પુરુષ ઉભયમા કેળવણીનો પ્રચાર નહિ થાય ત્યાસુધી તમારાથી કશુજ બની શકવાનું નથી

પ્રથમ સ્ત્રીઓને ઉન્નત કરો અને ગરીબમા ગરીબ જનવર્ગને જાગૃત કરો, ત્યારેજ તમારા દેશનું કલ્યાણ થશે.

૨૭—દીકરીને પણ દીકરા જેવીજ ગણો.

ભગવાન મનુએ ફરમાવ્યુ છે કે—

कन्याप्येवं पालनीया शिक्षणीयाति यत्नतः ।

ભાવાર્થ.–કન્યાનુ પણ પુત્રની પેઠે પાલન કરવું જોઇએ અને

ઘણી કાળજીપૂર્વક તેને શિક્ષણ આપવુ જોઇએ.

સ્વામી રામતીર્થજી કહે છે કે—"હિંદમા સ્ત્રીશિક્ષણ બંધ કરી દેવામા આવ્યુ તેની સજા પણ હિંદ સારી પેઠે ભોગવી રહ્યુ છે. × × × સ્ત્રીશિક્ષણનો પ્રચાર કરો. તમારા પૂર્વજો સ્ત્રીશિક્ષણના પક્ષપાતી હતા. તમે કેમ વિરોધી બનીને તમારે હાથેજ તમારા પગ ઉપર કુહાડો મારો છો?"

૨૮—ભાગ્યવિધાત્રી

(લેખક-લાલા લજપતરાય-"ગાંડીવ" તા ૧૩-૧૨-૨૫માથી)

હિંદુ કોમની અત્યારની અવદશા જોઇને જેના દિલમા દુ:ખની જ્વાળાઓ સળગતી હોય અને આ પુણ્યવંત કોમને માટે જેના અંતરમા પ્રીતિ ઉભરાતી હોય, એવો કોઈ પણ શિક્ષિત હિંદુ આ હિંદુ મહાસભાના સમાજસુધારણાના ઝુંડાનીચે આવ્યાવિના રહી શકેજ નહિ સમાજસુધારણા, એ હિંદુ કોમની આજે પ્રથમ જરૂરિયાત છે; અને તેનાવિના આપણે રાજદ્વારી કે બીજી પ્રગતિ એક તસુ પણ સાધી શકવાના નથી. જે કોમમા બાળલગ્ન અને અસ્પૃશ્યતાના મૂળ આટલા ઉંડા નખાયા હોય, જે કોમ જીંદગીને ક્લેશમય જંજાળ માનતી હોય, જે કોમ જીવનના પ્રાણ-દીપકને બુઝાવી નાખનારા નિર્મોહ અને વૈરાગ્યના વ્રતોને પૂર્વજોનો મહામૂલો વારસો માનતી હોય અને એવા બિમાર માનસને કારણે જે કોમમા નિરાશા અને નિરુત્સાહ, મંદતા અને દીનતા જીવનક્રમ બની ગયા હોય તે કોમ, સખ્ત અથડાઅથડી અને હરિફાઇના આ યુગમા, સન્માનનીય કોમતરીકે અને રાષ્ટ્રના સબળ અંગતરીકે કેમ જીવી શકશે? હિંદુ કોમ જો આપઘાત કરવા ન ઇચ્છતી હોય તો હિંદુઓએ, એક કોમતરીકે, એક અને અખંડ બનવા હવે જાગવુજ જોઇએ હિંદુ કોમ જો જીંદગાની ચાહતી હોય તો હિંદુઓએ જ્ઞાતિઓ-ઉપજ્ઞાતિઓના અને વાડાઓ-ઉપવાડાઓના ભેદ ભાગવા અને સાચુ સંગઠ્ઠન સાધવા પ્રગતિને માર્ગે કુચકદમ કરવીજ જોઇએ.

એ સુધારણાની શરૂઆત આપણી માતાઓના, આપણી વિધાતા-સમી આપણી જનનીના ઉત્કર્ષથી થવી જોઇએ હિંદુધર્મ હિંદુ-નારીને લક્ષ્મી, સરસ્વતી અને શક્તિનો અવતાર માને છે અને એનો અર્થ એ છે કે, એ નારીજ આપણા ઉત્થાન કે અધઃપતનની વિ-ધાત્રી છે; પણ આજે એ દેવીનીજ કેવી દુર્દશા છે? હિંદુ સ્ત્રી એ અત્યારે હિંદુના ઘરની ગુલામડી અને ચાકરડી છે. તેને ઘરના ઉજાસ-વાળા ભાગમા આવવાની કે ઉઘાડે મોએ ઉચ્ચ સ્વરે બોલવાની પણ હિંદુસમાજ મનાઈ પોકારે છે. જે વયે યૂરોપ અને અમેરિકામા બાળાઓ શાળાઓમા કલ્લોલ કરતી, કસરતદ્વારા તેમના શરીર સુદૃઢ બનાવતી હોય છે, તે વયે હિંદુ નારી બાળકોની જનેતા બની હોય છે અને બિમારીમા સડતી હોય છે સ્ત્રીઓમાટે લજ્જા એ ઇચ્છનીય સદ્‌ગુણ છે; પણ બેહદ નિરાધારતા અને બેશુમાર પરાધીનતા, એ સ્ત્રી કે પુરુષ ગમે તેને માટે મહાપાતક છે. હું માનું છુ કે, હિંદુ નારી તેની લજ્જા, તેની પતિનિષ્ઠા, તેની કુટુંબભક્તિ–એ સદ્‌ગુણોને બરાબર જાળવે, પણ સાથે સાથે હુ હિંદુ સ્ત્રીને દુર્દાન્ત અને નિડર, સ્વાધીન અને સ્વમાની જોવા ઇચ્છુ છુ. એવી આત્મગૌરવ સમજનારી મહિલા-ઓજ ભારતની સ્વાધીનતા જીતી આવનારા બહાદુર પુત્રોને જન્માવશે.

હિંદુઓ! મારા દેશબાધવો! સ્ત્રીજ તમારી ભાગ્યવિધાત્રી છે. તેને સન્માનો, તેને શિક્ષણ આપો, તેને મનુષ્યના અધિકાર બક્ષો અને તેમા તમારો ઉદ્ધાર છે.

૨૯–ઘરેણાં પહેરાવી બાળકોનાં ખૂન કરાવો!

(લેખક–લાભશંકર લક્ષ્મીદાસ–જુનાગઢ)

આ દેશમા અવિચારી હિંદુ તથા મુસલમાન માબાપો પોતાના બાળકોને ઘરેણા પહેરાવે છે, અને તેને પરિણામે સેકડો બિચારા બાળકોના જૂદી જૂદી રીતે ખૂન થાય છે

હાલમા બીજાપુરમા બાર વરસની ઉમરના એક હિંદુ છોકરાને બે

બદમાસોએ ગળું દબાવીને તેના ઘરેણા માટે મારી નાખ્યો છે; અને તે ગુન્હા માટે એક તહોમતદારને **ફાંસીની સજા** અને બીજાને **જન્મ-દેશનિકાલની સજા થયેલી છે.**

તે હતભાગી છોકરાની લાશને તેની માએ મરેલી હાલતમા ઓળખી હશે, ત્યારે તેણીએ કેટલી બૂમો પાડી હશે, કેટલા જોરથી છાતી કૂટી હશે અને પોતાના વહાલા દીકરાને **ઘરેણાં પહેરાવીને પોતેજ તેનું ખૂન કરાવવામાટે** તે મૂર્ખ સ્ત્રી કેટલી બધી પસ્તાઈ હશે ? વળી બીજી તરફ ફાસી તથા જન્મદેશનીકાલની સજા પામેલા તહોમતદારોના કુટુબોમા પણ કેવી ત્રાસદાયક મોકાણ થઈ હશે, તેનો ખ્યાલ કોણ કરી શકશે ? બીજા એક કેસમા એક મુસલમાને **પોતાના પાંચ વરસના ભત્રીજાને માત્ર ચાર રૂપિયાનાં ઘરેણાંમાટે** એક કૂવામા નાખીને મારી નાખ્યો હતો ।

મારા પોતાના શહેર જુનાગઢની સરકારી કન્યાશાળામા ઘરેણા માટે થતા ખૂનોસબધી મારા હેંડબીલો મે કેટલીક મુદત ઉપર ફેલાવેલા હતા તે ચેતવણીની દરકાર નહિ કરીને એક છોકરી ઘરેણાં પહેરીને નિશાળે જતી હતી, તેવામા કોઈ બદમાસ તેણીને મળ્યો. તેણીને ફોસલાવીને તે એકાત જગામા લઇ ગયો અને ત્યા તેણીને નિર્દય રીતે મારી નાખીને તેણીના ઘરેણા લઇ ગયો ।

અહમદનગર જીલ્લાના એક ગામમા **પાંચ વરસની** એક છોકરીના દાગીના માટે એક શખસે તેણીનુ ગળુ તથા પગ કાપી નાખીને **મારી નાખી** તે માટે અહમદનગરના સેશન્સ જડજે તે ખૂનીને ફાસીની સજા કરી છે.

ઉપર પ્રમાણે કાઈ સેકડો ખૂનોના રિપોર્ટો આજ સુધીમા વર્તમાનપત્રોમા છપાયા છે, પણ હતભાગી હિદુ તથા મુસલમાન માબાપો બસ ચેતતાજ નથી. તેઓ તો પોતાના બાળકોને ઘરેણા પહેરાવેજ જાય છે, અને પછી જ્યારે બાળકોનુ ખૂન થાય છે, ત્યારે પોતાની મૂર્ખાઇમાટે પોક મૂકે છે ।

૩૦—ધર્મરૂપી પ્યાલા—કોણ કોનો શત્રુ છે!

(સ્વામી રામતીર્થ-ગ્રંથ ચોથા ઉપરથી)

આ પ્રતીત થતુ હિંદુપણુ, મુસલમાનપણુ અને ઇસાઇપણું, એ તો જૂદા જૂદા પ્યાલાના જેવુ છે, કે જે પ્યાલાઓવડે પવિત્ર વિશ્વ-પ્રેમરૂપી દૂધ પીવરાવવાના પ્રયત્ન વખતોવખત થયા કરે છે. × × × એવા પ્યાલા તો આગલા વખતના પણ અનેક આપણી આગળ પડ્યા છે; પરંતુ આપણે તો દૂધજ જોઇએ, જેનાથી હૃદયની જ્વાળા શાંત થાય એવુ પીણુજ અમને તો જલદી જલદી આપો!

× × × ×

અમારે તો અકબરદિલીની (હૃદયની વિશાળતાની) જ જરૂરત છે. પછી તે ગમે તે પ્યાલામા ભરીને પાઓ! ચાહે તો તે પ્યાલો નવો હોય કે જૂનો, ચીતરેલો હોય કે સાદો અને સોનાનો હોય કે માટીનો!

ખાલી પ્યાલાનીજ ઉપાસના કરવાથી તો વિરોધ૦૪ વધે છે આ બધા પ્યાલાઓ (સંપ્રદાય અને મતમતાંતરો) તો કેવળ મૂર્તિઓજ છે. જે સાચો મસ્ત પુરુષ એ બધી મૂર્તિઓમાથી અમૂર્તસ્વરૂપ આત્માંમા પહોચી ગયો, તેને ધન્ય છે! મિથ્યા નામરૂપમાથી સત્યસ્વરૂપમા પહોચી જવાતાજ—સ્વાત્માનંદની પ્રાપ્તિ થતાજ એ પ્યાલો એના હાથમાથી છૂટી ગયો, ફુટી ગયો, ભાગી પડ્યો!

અમે તો ધર્મગ્રંથમાથી અંદરનુ મગજ (તત્ત્વ) લઇએ છીએ અને શબ્દરૂપી હાડકાને કૂતરાની તરફ ફેંકી દઇએ છીએ

કોઇ પણ ધર્મ કે સંપ્રદાયની સાથે તમને વિરોધ હોય તો તેને કાપવાનું અર્થાત્ ખંડન કરવાનુ કાર્ય ન કરો સીધો માર્ગ એજ છે કે, તમે તેમના હૃદય કરતા તમારા હૃદયને વધારે વિશાળ—મહાન—અકબર બનાવો. તમારી પ્રેમભક્તિને એના પ્રેમ કરતા વધારી દો; તમારી માનવપ્રીતિને એની પ્રીતિ કરતા વિશેષ વિસ્તૃત કરો, તમારા સાહસને ઉચ્ચતર બનાવો અને સત્યસ્વરૂપ (પરમેશ્વર) ઉપરના તમારા વિશ્વાસ-

શ્રદ્ધાને અત્યંત મહાન (અકબર) બનાવો સંસારના નામરૂપોનો બાહ્ય ચળકાટ, દૃશ્ય જગતની વિચિત્રતા, અસંખ્ય સ્વરૂપોની વિવિધતા, એ બધા રાગરંગ ભલે બીજા કોઇની આંખોને આંજી નાખે, શિક્ષકો અને પ્રૉફેસરો ભલે એ મૃગતૃષ્ણાની જાળમાં ફસાય, અધિકારી અને અમીરવર્ગ ભલે એ કરોળીઆની જાળમાં ગુંથાઇ જાય, પંડિત અને સાક્ષરો ભલે એ લહરિઓમાં આવી પડે; યુવક અને વૃદ્ધ ભલે એ સ્વપ્નમાં મોહિત થઇ જાય, પરંતુ તમારે તો એ સત્યસ્વરૂપ પરમાત્માને કદી પણ ન ભૂલવો જોઇએ. તમારે તમારા નેત્ર એ સત્યાત્માની ઉપરથી કદી પણ ન ખસેડવા જોઇએ ઓ શ્રદ્ધાશીલ પુરુષો ! ઓ સમ્યગ્દર્શીઓ ! પછી જોઇ લ્યો કે એ આનંદ નથી કેમ પ્રાપ્ત થતો ! અને કોણ કોનો શત્રુ છે !

૩૧-સ્વપત્ની-વ્યભિચાર

(લેખક-"ઔદીચ્ય" "ચિત્રમય જગત"-ઑક્ટોમ્બર, ૧૯૨૪.)

લગભગ બધાય પુરુષોને એવો ખ્યાલ છે કે, પોતાની વિવાહિતા સ્ત્રીસાથે મરજી પડે તેટલી વાર અને મરજી પડે તેવી રીતે ઇંદ્રિયોની વિષયવાસના તૃપ્ત કરવામાં આવે તો તેમાં કંઇ ખોટું નથી, પરંતુ ધર્મશાસ્ત્ર, સમાજશાસ્ત્ર અને આરોગ્યશાસ્ત્રની મર્યાદા પ્રમાણે આવું કૃત્ય એ મહાપાપ છે. ધર્મશાસ્ત્રની મર્યાદા એ છે કે, ઋતુકાળની ૧૬ રાત્રિ દરમ્યાનજ અને આઠ રાત્રિજ અને ગર્ભાધાનબુદ્ધિથીજ સ્ત્રીપ્રસંગ કરવો; અને ગર્ભ રહી ચૂક્યા પછી તથા પ્રસવ થયા પછી પાંચ વર્ષસુધી બ્રહ્મચર્યનું પાલન કરવું ઉપલી આજ્ઞાનું પાલન થાય તો આરોગ્ય, બુદ્ધિ અને જીવન સચવાઈ રહે છે અને સંતાન ધર્માત્મા ઉત્પન્ન થાય છે

પરંતુ દુરાચારી અને ઇંદ્રિયોના ગુલામ એવા પુરુષોએ પવિત્ર વૈવાહિક શય્યાને વ્યભિચારબુદ્ધિની દુર્ગંધથી સર્વથા ભરી મૂકી છે. પોતાની સ્ત્રી વ્યભિચારને માટે સૌથી વધારે સુગમ અને સસ્તી વસ્તુ મનાય છે. હજારો પિતાઓને એકત્ર કરી તેમના પુત્રના સોગન દઈ પૂછવામાં આવે કે, તેમનો આ પુત્ર શું ધર્મપુત્ર છે ? શું પુત્રપ્રાપ્તિની

ધાર્મિક ફરજ અદા કરવાને, ઋતુકાળના નિયમ પ્રમાણે શુદ્ધ મનથી તેમણે સ્ત્રીગમન કરેલુ હતુ? તો પ્રત્યેકની પાસેથી એકજ સાચો ઉત્તર મળશે કે, કેવળ વિષયવાસના તૃપ્ત કરવામાટેજ સ્ત્રીગમન થયુ હતુ, અને ગર્ભ તો અચાનકજ-દૈવયોગથી રહેલ હતો, એટલુજ નહિ પણ ગર્ભ રહ્યા પછી પણ એ પ્રવૃત્તિ જેમની તેમ અને જેવી ને તેવી જારી રહી હતી અને છતા ગર્ભનો જન્મ સહિસલામત રીતે થયો તે પણ દૈવયોગથીજ. આવા પ્રકારના પુરુષોને હાલમા પિતાનુ પવિત્ર અને ગૌરવવાળુ પદ મળે છે!

આવા ઘરના વ્યભિચારનું પરિણામ પુરુષો કરતા સ્ત્રીઓ ઉપર અને સતાનો ઉપર વધારે ભયંકર આવે છે. સમય, કસમય, અનેક વખતે સ્ત્રીની સહવાસની ઇચ્છા નથી હોતી છતા પણ પુરુષ પોતાની આ ખૂરી લોલુપતા તૃપ્ત કરે છે. ગર્ભાવસ્થામા તો સ્ત્રીને પુરુષસંગની બીલકુલ કામના હોતી નથી, છતા એ અવસ્થામા પણ તે બચવા પામતી નથી. ધર્મશાસ્ત્ર પ્રમાણે આવુ દરેક કૃત્ય મહાપાપ છે અને આવી રીતે ઉત્પન્ન થયેલ સતતિ ધર્માત્મા નથી, પરતુ કામાત્મા છે. અફસોસની વાત તો એ છે કે, રૂઢિ પણ આ ધર્માજ્ઞાનો ભગ કરાવવામા સામેલ છે અને તેથી આવું કૃત્ય પાપી કૃત્યમા ગણાતુ નથી; પરંતુ ગર્ભિણી સ્ત્રીસાથે સગ કરવો એ મહાપાપ છે, એવુ જો પુરુષો સમજતા થાય તો અવશ્ય આવા પ્રકારનો વ્યભિચાર બધ થાય.

ગર્ભાધાનમા વીર્યની મારફતે જીવ ગર્ભમા પ્રવેશ કરે છે. શરીરનો ધર્મ છે કે, કોઈ મુડદાલ વસ્તુ શરીરમા રહેવા ન પામે અને જો રહે તો સડવા માડે. વીર્ય-રજથી માડીને પિંડ અને શરીરના અવયવો બનવામા પાચ માસની મુદત જોઇએ છે પાચ મહિનામાં ગર્ભના અવયવો તૈયાર થાય છે ગર્ભિણીમાટેનો આ સમય દોહદ-એટલે બે હૃદયવાળો (એક ગર્ભિણીનુ પોતાનુ અને એક ગર્ભનુ) કહેવાય છે. આ સમયમા ગર્ભિણી અનેક પ્રકારની ખાવાની ઇચ્છા કરે છે. આ ઇચ્છા ગર્ભસ્થ જીવની હોય છે. આ ઇચ્છાની અસર ગર્ભ ઉપર

મહાન થાય છે. આ વખતના ગર્ભિણીના આચાર-વિચાર, ખાવુ-પીવુ, હરવુ-ફરવું, એ તમામ ક્રિયાનો બળવાન પ્રભાવ ગર્ભસ્થ બચ્ચા ઉપર પડે છે આપણા ધર્મશાસ્ત્રોએ આ અતિ ઉપયોગી સમયમા ખાસ પવિત્ર રહેવા માટે ગર્ભિણીના નાના પ્રકારના નિયમો ગોઠવેલા છે. તેને અત્યારે આપણે નેવે મૂકયા છે આ સમયદરમિયાન જો વિષય-માટે સ્ત્રીસગ કરાય તો વિષયાનદને પણ ગર્ભમા રહેલ બાળક ગ્રહણ કરી લે છે વળી એક વિચારવા જેવી બીજી વાત છે. જો ગર્ભમા રહેલ બાળક પુત્રી હોય તો તેને પોતાના પિતાનો આ વિષયાનદ પ્રાપ્ત કરવો પડે છે અને જો ઉડુ વિચારીએ તો આ એક પ્રકારનુ પુત્રી-વ્યભિચારનું પાપકૃત્યજ ગણાય, છતા આવા કૃત્ય સકોચવિના ઘેર ઘેર વગરવિચારે થઈ રહ્યા છે. છોકરા-છોકરીઓ ઘણી નાની ઉમરમાથીજ વિષયાનદની ગંદી ચેષ્ટાઓ કરતા માલૂમ પડે છે, તેનુ કારણ શુ ? લોકો કહે છે કે, કલજુગ આવ્યો છે, પરતુ ખરૂ કારણ તો તેમના માબાપ છે. નાના છોકરાઓ આવી અજુગતી ચેષ્ટાઓ, તેઓ જયારે ગર્ભમા હતા ત્યારે તેમના માબાપના વ્યભિચારના પ્રભાવથી તેમની પ્રકૃતિમા લપટતા અને વ્યભિચારની રુચિ ઉત્પન્ન થઈ, તેને લીધે કરે છે. અનેક મૂર્ખ માબાપો એક બે વર્ષના બાળક સન્મુખ કુચેષ્ટા-ઓ કરે છે આટલા નાના બાળકો કઇ સમજતા નથી એવું ધારીને તેમનો પડદો રાખતા નથી, તે એક ભયકર ભૂલ છે. હરેક કુચેષ્ટા-નો પ્રભાવ બાળક ઉપર તો પૂરેપૂરો પડે છે એ બધુ સમજી જાય છે. માત્ર અશક્ત હોવાથી નકલ કરી શકતુ નથી; પરંતુ ઉમર વધતા જેવું બાળક સશક્ત થાય છે, કે તરતજ તેવી ચેષ્ટા તરફ લોભાય છે નકલ કરવી એ બાળકનો સ્વભાવ છે અનેક પ્રયોગથી માલમ પડી ચૂકયુ છે કે, નાના બાળક સન્મુખ જેવા ચાળા કરવામા આવે છે, તેવા ચાળાનું અનુકરણ ત્રણ ચાર વર્ષ પછી સમર્થ થતા તે કરવા માડે છે.

ખુદ સ્ત્રી ઉપરની અસર પણ ગજબ થાય છે. પરણતી વખતની પુષ્ટ, ખીલેલા પુષ્પસમાન કન્યા ચાર-પાંચ વર્ષમા રોગિણી અને મુડદાલ-

સરખી બની જાય છે. અનેક સ્ત્રીઓને છાતીના રોગ અથવા પ્રસૂતિની કસુવાવડ થાય છે, અનેકના ચાર–પાચ વર્ષમા મૃત્યુ થાય છે. સ્ત્રી-જાતિનો સ્વભાવ સહનશીલ હોવાથી અનેક વ્યાધિઓ જીર્ણ થઈ ક્ષયનુ સ્વરૂપ પકડે ત્યાસુધી તે કષ્ટ પ્રકટ કરતી નથી. કેટલીક નાજુક સ્ત્રીઓનું શરીર પુરુષોની મૂર્ખતાને લીધે તૂટી જાય છે, ગર્ભાશય અને ગુહ્ય અવયવો શિથિલ થઇ જઇ સ્થાનભ્રષ્ટ થઇ જાય છે અને સ્ત્રી રક્ત-પ્રદર, શ્વેતપ્રદર વગેરે રોગોનુ બલિદાન બને છે. સરખી રીતે તેની સુવાવડ ઉતરી શકતી નથી; ગર્ભાશયમા હાથ નાખી બાળકને કાપી નાખી પ્રસવ કરાવવાના અનેક દાખલા વધતા જાય છે અને આ ક્રિયામા અનેક સ્ત્રીઓના પ્રાણ જાય છે.

આ તો સરખી અથવા સજોડ ઉમરના પતિવાળી પત્નીની વાત થઈ; પરંતુ ત્રીજી અને ચોથી વારના લગ્નવાળા પુરુષની સ્ત્રીની વાત તો આથી પણ ભયાનક છે. આવા લગ્ન કરનારા પુરુષો મોટે ભાગે વ્યભિચારી હોય છે, તેમની ઉમર ૪૦ થી ૬૦ વર્ષની હોય છે. કન્યા મુગ્ધા અને વિષયસુખથી અપરિચિત હોય છે, પરતુ તેનો પતિ રીઢો થઇ ગયેલો હોય છે. એક તો આવા પતિના સહવાસમા કન્યાને ઉમંગ કે ઉત્સાહ હોતો નથી. મોટે ભાગે તે શરમીલી અને ડરેલી રહે છે. બાર વર્ષની કન્યા ૪૦ વર્ષના પતિનુ ભારે શરીર સહન કરી શકતી નથી. તેનાથી તે નીચોવાઇ જાય છે. અનેક દાખલામા ગર્ભાશય અવળુ થઇ જાય છે અને તે અનેક રોગોના કષ્ટ ભોગવતી થઈ જાય છે આથી ઉલટુ આવા દાખલામા કેટલાએક પતિ શક્તિહીન હોય છે. વ્યભિચારની લોલુપતા તો તેમની સળગેલીજ હોય છે, પરંતુ પુરુષત્વ-વગરના હોય છે. આવા પુરુષથી જોબનવતી સ્ત્રીની કામેચ્છા સદાય અસતુષ્ટજ રહે છે. આવા પતિ તરફ તેને તિરસ્કાર, વિરક્તિ અને ક્રોધ ઉત્પન્ન થાય છે સ્ત્રી નિષ્ઠુર બનતી જાય છે. આમાથી અનેક પ્રકારના નિંદિત પરિણામ આવે છે. કડક કુળ–મર્યાદાવાળા ઘરોમા આમાંથી સ્ત્રીને હીસ્ટીરીઆ જેવા સ્નાયુમંડળના વ્યાધિઓ થાય છે; અથવા

કુળ કલંકિત થાય છે. સંયમી જીવનને ઉત્તેજન મળે માટે શાસ્ત્રોક્ત ગર્ભાધાન, પુંસવન અને સીમંતોન્નયનના સંસ્કારનો તેના રહસ્યસાથે પુનરુદ્ધાર થવાની જરૂર છે.

૩૨—ધૂમ્રપાન કરવાના ફાયદા!

(દૈનિક "હિંદુસ્તાન"માંથી)

ડૉકટરો, રસાયણશાસ્ત્રીઓ વગેરે બધા એકમત છે કે, તમાકુ માણસને ઝેરસમાન છે, એ એક ઝેરજ છે. બીડી–તમાકુ પીનારા, સુંઘનારા તેમજ ચાવનારાની જાણમાટે નીચેની વિગતો આપી છે; કેમકે જગતના અર્ધોઅર્ધ મનુષ્ય એમાં ફસેલા છે.

તમાકુની અંદર એક તેલી ચીજ છે, જેમાં મુખ્યત્વે તમાકુની ગંધ રહેલી છે. એ ચીજનું નામ 'નીકોટીન' છે. તમાકુમાં તે સેંકડે ૧ થી ૮ ટકા હોય છે. જેમ તમાકુ જલદ તેમ આ નીકોટીન તેમાં વધુ હોય છે. એમ કહેવાય છે કે, એક રતલ સારી તમાકુમાંથી જેટલું નીકોટીન નીકળે તેટલું નીકોટીન માત્ર ત્રણ મિનિટમાં ૨૫૦૦ કૂતરાને મારી નાખવા માટે પૂરતું છે. આવું ઝેરી આ નીકોટીન છે. જ્યારે એ નીકોટીન શરીરમાં જાય છે, ત્યારે અંદરની શ્વાસનળીને ફરતી ઝીણી ચામડીને અનહદ નુકસાન કરે છે અને અનેક જાતના દર્દો ઉત્પન્ન કરે છે.

આ નીકોટીનને પણ ભૂલાવે એવું બીજું ઝેર તમાકુમાં 'કોલોડાઈન' કરીને છે. આ કોલોડાઇનને લીધે પણ તમાકુમાં ગંધ આવે છે. આ કોલોડાઈનના એક ટીપાનો વીસમો ભાગ, જેવી રીતે વિજળીના આંચકાથી માણસ તરતજ મરી જાય, તેવી રીતે દેડકાને મારી નાખે છે.

તમાકુના ધૂમાડામાં પ્રુસીક એસીડ હોય છે. તમાકુના રસિયા ધૂમાડો પેટમાં જવા દઇ પાછો નાક વાટે કાઢે છે અને તેના ગોટાની લહેજત લે છે. તેમને આ પ્રુસીક એસીડ કાતીલમાં કાતીલ ઝેર છે, તેની ખબર નહિ હોય. આ પ્રુસીક એસીડ શરીરમાં જવાથી માથું ફરે છે, માથું દુખે છે તથા ચકરી આવે છે. બીડી નહિ પીનારાને બીડી પીતા

જે કડવેા અનુભવ થાય છે, તે આને લીધે થાય છે.

તમાકુમા તે સિવાય 'ફરફરેાલ' રહેલું છે. દારૂ કરતાં પણ તે વધારે નુકસાનકર્તા છે. એક સીગારેટમાથી, પાચ રૂપીઆભાર વીસ્કી-દારૂના જેટલુ ફરફરેાલ નીકળે છે.

વળી તમાકુના ધૂમાડામા કાર્બોનીક એસીડ ગેસ પણ હેાય છે. આ ગેસ ઘણેાજ નુકસાનકર્તા છે, તે જાણીતી વાત છે આ હવા ફેફસામા જવા–આવવાથી ફેફસાને નમાલા કરી નાખે છે અને આ કારણેજ બીડી પીનારા ક્ષયરેાગના ભેાગ તરતજ થઇ પડે છે.

ઉપરની હકીકત જાણ્યા પછી કયેા વિચારશીલ માણસ તમાકુની પાખે ચઢશે? વ્યસનના ગુલામ તેા કદાચ એવી ટેવ ન પણ છેાડે, પરતુ નવુ વ્યસન વહેારનાર તેા આ વાચ્યા પછી જરૂર તે ટેવમાથી દૂર રહેશે.

અમેરિકાની અદર સીગારેટને ઠાઠડીના ખીલા કહેવામા આવે છે અને આ કથન ખરેખર સત્ય છે અમેરિકામા એવી કેટલીએક પેઢીએા છે, જે પેાતાને ત્યાં બીડી પીવાવાળાને નેાકર નથી રાખતી. હિદુએા પણ આ ધેારણ દાખલ કરે તેા શુ આ બદી ઓછી ન થાય? તમાકુ સાથે રાષ્ટ્રીય લડત ચલાવવાની જરૂર છે અને સ્વરાજ્ય મળ્યા પછી તેા તમાકુ દેશપાર થશે, તેમા કાઇ શકાજ નથી

૩૩–બીડીના શેાકીનેા સાવધાન!

એક વિદ્વાન એમ ડી ડૉકટરે બીડી પીનારા તથા બીડી નહિ પીનારાના ફેફસા તપાસ્યા પરીક્ષાનુ પરિણામ એ આવ્યું કે, બીડી પીનારા લગભગ બધાના ફેફસામા ઉપદ્રવ જોવામા આવે છે, જ્યારે બીડી નહિ પીનારામા માત્ર સેકડે સત્તાવીસ માણસેાના ફેફસામા ઉપદ્રવ માલૂમ પડે છે. આ ઉપદ્રવને લીધે "ક્ષય"ના જતુએા તરતજ ઘર ઘાલી જાય છે અને નબળા ફેફસાવાળા ઉપર હલ્લેા કરે છે, તેથીજ બીડી પીનારાઓને ક્ષય સાધારણ રીતે વધારે થાય છે. બીડી પીનારાએા અને તમાકુના ગુલામેા આ ઉપરથી કાઈ ધડેા લેશે કે પછી પેાતાનેા ઈશ્ક માણ્યાજ કરશે?

૩૪-ગુમડાં વગેરે માટે કાળો સિંદૂરિયો મલમ

('ભાગ્યોદય'માંથી)

સિંદૂર ચોખ્ખું શેર એક, મીઠું તેલ શેર એક, મીણ પીળું તોલા ૨, કપૂર તોલા ૨, એ ચારે વસ્તુમાંથી સિંદૂર લોઢાની કઢાઇમાં નાખી ખૂબ ઘુંટવું પછી તેમાં તેલ નાખી ચૂલા ઉપર મૂકવું; અને તે નીચે અગ્નિની ધીમી આંચ આપવી તથા એક જોસ આવે એટલે તાપ કાઢી નાખીને પંખાવતી પવન નાખવો ઉભરો બેસી ગયા પછી થોડું ઠંડુ પાણી લઈને તેમાં બે-ચાર ટીપાં ઉકાળેલું સિંદૂર નાખી જોવું કે મલમ કઠણ અને કાળો થયો છે કે નહિ, ન થયો હોય તો એકાદ જોસ બીજો આપવો બરાબર થયા પછી મીણ જૂદું ગરમ કરીને તે મીણમાં તુરતજ કપૂર વાટીને નાખવું. તે બન્ને એક થયા પછી સિંદૂરની અંદર તે નાખવું; અને થોડી વારે તે ઉતારી નાખવું. આ મલમ કાળો પલાસ્તર થયો, પછી તેને ઠંડો પડવા દેવો. આ મલમની પટી કાખબલાઇ, ગુમડા, બદ, નાસુર, ચાદી, ગરમીના ફોલ્લા અને બીજા ગમે તેવા જખમો થયા હોય તો તેની ઉપર મારવાથી આરામ થાય છે.

૩૫-શિવાજી ન હોતા તો સુન્નત હોત સબકી

('કવિરાજ ભૂષણકૃત 'શિવાબાવની'માંથી)

બારિધિકે કુંભજ ઘન બનકે દાવાનલ, તરણ તિમિર હૂંકે કિરણ સમાજ હો;
કંસકે કન્હૈયા કામધેનૂ હુંકે કંટકાલ, કૈટભકે કાલિકા બિહંગમકે બાજ હો.
ભૂખન ભનત જગજાલિમ સચીપતિ, પન્નગકે કુલકે પ્રબલ પક્ષિરાજ હો,
રાવણકે રામ સહસબાહુકે પરસરામ, દિલ્લીપતિ દિગ્ગજકે સિંહ સિવરાજ હો.
છૂટત કમાનનકે તીર ગોલી બાનનકે, મુસકિલ હોત મુરચાન હૂકી ઓટમે;
તાહી સમેં શિવરાજ હુકુમ કે હલ્લા કિન્હો, દાવા બાંધ પરહલ્લા બીરભટ જોટમે.
ભૂખન ભનત તેરી હિમ્મત કહાંલોગિનો, કિંમત ઇહાલગ હૈ જાકે ભટ જોટમે;
તાવ દૈ દૈ મૂંછન કંગૂરનમેં પાવ દૈ દૈ, ઘાવ દૈ દૈ, અરિમૂખ કૂદે પરે કોટમેં.

દારાકી ન દૌર યહ રાર નહીં ખજુવેકી, બાંધિવો નહી હૈ કૈધો મીર સેહબાલકો;
મઠ વિશ્વનાથ કો ન બાસ ગ્રામ ગોકુલકો, દેવીકો ન દેહરા ન મંદિર ગુપાલકો.
ગાઢે ગઢ લીન્હે અરુ બૈરી કતલાન કીન્હે, ઠૌર ઠૌર હાસિલ ઉગાહત હૈ સાલકો,
બૂડત હૈ દિલ્લી સો સંભારે ક્યો ન દિલ્લીપતિ ધક્કા આનિ લાગ્યો સિવરાજ મહાકાલકો.
મારકર બાદશાહી ખાકસાહી કીન્હી જિન, જેર કીન્હી જાર સો લૈ હદ્દ સબ મારેકી,
ખિસ ગઇ સેખી ફિસ ગઈ સૂરતાઇ સબ, હિસ ગઈ હિમ્મત હજારો લોગ પ્યારે કી.
બાજત દમામે લાખૌં ધૌંસા આગે ધુરજાત, ગરજત મેઘ જ્યો બરાત ચઢે ભારેકી,
દુલ્હેા શિવરાજ ભયો દચ્છની દમાલે વાલે, દિલ્લી દુલ્લહિન ભઇ શહર સિતારેકી.
દક્ષિણ જીત લિયો દલ કેવલ, પશ્ચિમ જીતકે ચામર ચાખ્યો,
રૂપ ગુમાન હર્યો ગુજરાતકો, સુરત કો રસ ચૂસકે ચાખ્યો
પંજનપેલ મલેછ મલે સબ, ભૂખન બચો જો દીન વ્હે ભાખ્યો,
સો રંગ હૈ શિવરાજબલી જીન, નૌરંગમે રંગ એક ન રાખ્યો
ગરુડકો દાવા જૈસે નાગકે સમૂહપર, દાવા નાગયૂથપર સિંહ સિરતાજકો,
દાવા પુરહૂતકો પહારનકે કુલપર, પક્ષિનકે ગણપર દાવા જૈસે બાજકો.
ભૂખન અખંડ નવખંડ મહી મંડલમૈ, તમપર દાવા રવિકિરણ સમાજકો,
પૂરવ પછાહ દેશ ઉત્તરતે દખિનલૌ, જહા બાદશાહી તહા દાબ સિવરાજકો.
બેદ રાખે બિદિત પુરાન રાખે સારસુન, રામ નામ રાખ્યો અતિ રસના સુધરમૈં,
હિંદુનકી ચોટીરોટી રાખિહે સિપાહિનકી, કાંધમે જનેઉ રાખ્યો માલા રાખી ગરમેં.
મિડ રાખે મુગલ મરોડ રાખે બાદશાહ, બૈરી પીસ રાખે બરદાન રાખ્યો કરમે,
રાજનકી હદ્દ રાખી તેગ બલ શિવરાજ, દેવ રાખે દેવલ સ્વધર્મ રાખ્યો ધરમે
દેવલ ગિરાવતે ફિરાવતે નિશાન આલી, એસે ડૂબે રાવત રાને બીસગયે લબકી;

ગૌરા ગનપત્ત આપ ઔરનકો દેત તાપ,સબ આપકે મકાન મારગઇ દબકી.
પીરા પૈગ બરા દિગ બરા દિખાઇ દેત,સિદ્ધકી સિદ્ધાઈ ગઇ બહત પૂર સબકી;
કાસિ હુંતે કલા ગઇ મથુરા મસીદ ભઈ,શિવાજી ન હોતા તૌ સુન્નત હોત સબકી.

૩૯—જુવાની માણવાની રીતો

("સૌરાષ્ટ્ર" તા ૧૫-૧૧-૨૪)

એક ગામડુ છે કાઠી રાજપૂત કે કોઈ પણ કોમનો એક **ગામડીઓ જુવાન** માથે લાબા ઓળેલા વાળ રાખે, ઉપર ફરકતા છોગા ખોસી સાફાઓ પહેરે, આડાઅવળા શીવણવાળા—કળાવાળા કબજાઓ પહેરે, નાડીએ પાચ પાચ ફુમતાઓ રાખે; આખમા આજણના જાદુ ભરે અને પનીઆરીને કિનારે બેસી વાસળી બજાવે, એમા એ જુવાનીની સફળતા માને છે જુવાની માણવાની એની એ રીત છે.

એક શહેર છે. એક **શહેરી જુવાન** મઝાની બાબરી ઓળે છે; કપાળે નાનો ચાલ્લો કરે છે, માથે આડી ટોપી મૂકે છે; હાથમા નાનકડી લાકડી રાખે છે, આખે ચશ્મા પહેરી ચશ્મા નીચેથી ઝીણી આખે ઉદ્યાનના બાકડાઓ ઉપરથી અનેક ઇષ્ટાનિષ્ટ દશ્યો જુએ છે ! એની જુવાનીની સાર્થકતા એ એમા માને છે.

એક **સેવાભાવી જુવાન** છે હાથે ધોયેલી જાડી ખાદીનુ પહેરણ, ધોતિયુ અને ટોપી પહેરે છે. એની આખે ચશ્મા નથી અને નથી આજણ, એના હાથમા નથી વાસળી કે નથી લાકડી ! એ રસ્તે જતા અજાણ્યાને રસ્તો બતાવે છે, ડોસીઓ કે ડોસાઓને સહાય આપે છે, ગામમા પાણીના પૂર આવે છે, ત્યારે પૂરમા તણાતા પ્રજાજનો કે તેમની માલમત્તાનુ રક્ષણ કરવા પાણીમા ઝપલાવે છે, ગામમા આગ લાગે છે, ત્યારે અદર રોકકળ કરી રહેલા મનુષ્યોને બચાવવા એ ઝપાટાબધ ઉપર ચઢી પોતાની ખાધ ઉપર તેમને ઉતારી લાવે છે, ઇન્ફ્લુએન્ઝા કે પ્લેગના પીડિતોને ઘરે ઘરે જઈ દવા આપે છે—તેમની શુશ્રૂષા કરે છે, મેળાઓ વખતે ભૂલેલાને ઘર બતાવે છે, માદાઓને દવા

આપે છે; યાત્રીઓની સગવડ અર્થે-તેમની માલમત્તાની રક્ષા અર્થે રાત્રિ-દિવસના ઉજાગરા વેઠે છે.

ખાદી પહેરનાર એ જાડી ધાબળીવાળા જુવાન! તેં તારી જુવાની સાચી માણી છે. તારી જુવાની સફળ ઉતારી છે તે તારૂં જીવન જીવી જાણ્યુ છે. વૌઠાના મેળામા એવી જુવાની ઝળકતી હતી.

અમારા એ જુવાનો! તમારે જુવાની સાચી માણવી હોય તો આવજો, આ માર્ગે અમારા તમને આમંત્રણ છે!

૩૭–શિવાજી–મુક્તિના યુગનો પિતા

(લેખક –સાધુ વસવાણી–"હિંદુસ્તાન" તા. ૨૧–૪–૨૪)

શિવાજી એ તો મહારાષ્ટ્રની અણમોલ દોલત છે. મહારાષ્ટ્રજ નહિ, પરંતુ આખા હિંદનો તે આત્મા છે હુ ધારૂ છુ કે, એવો સમય આવી લાગ્યો છે, કે જ્યારે દૂરદેશ પુરુષોના ચૂકાદાવડે મહારાજા શિવાજીને માનવસમાજના શૂરવીર પુરુષોને મોખરે મૂકવામા આવશે. ટીકાકારો એનામા ખામીઓ શોધે છે અને એની લડાઇઓને ખામી-તરીકે આગળ ધરે છે; પરંતુ આ લડાઇઓ પોતાની જાતિને સ્વતંત્ર કરવાની ભાવનાથી લડવામા આવી હતી એના વિગ્રહો લોકરક્ષણને કાજે હતા, એ માટેજ એને ધર્મના રક્ષકતરીકે ઓળખવામા આવે છે, તે વ્યાજબી છે હિંદુઓના એ નરવીરે ઇસ્લામ ઉપર આક્ષેપો કદી કર્યા નથી, એણે એક પણ મસ્જીદ તોડી નથી એ ભણેલો ન હતો, છતા એણે હિંદુધર્મના સાર્વજનિક સિદ્ધાંતો પચાવ્યા હતા તે મોગલો-ની આપખુદ સત્તાનો વિરોધી હતો, પણ મુસલમાનધર્મનો વિરોધી ન હતો કેટલાકો તેને કાયદાનો ઉચ્છેદક ગણે છે, પણ કર્મવીરો કાયદાના બણગા નથી ફુંકતા. કર્મવીરો નવી સમાજરચના અને તેની સુધારણા માટે બનાવટી કાયદાઓનો ભંગ કરે છે કેટલાકો કહે છે કે, શિવાજી બળવાખોર હતો, પણ ત્યારે તો જ્યૉર્જ વૉશિંગ્ટન પણ એવોજ હતો, આવા બળવાખોરો તો જગતના ઉદ્ધારકો હોય છે. હું

માનું છું કે, શિવાજી જગતની મહાશક્તિનો અંશ હતો, તેનુ હથિયાર હતો, એણે ઇતિહાસને નવુ રૂપ આપ્યુ અને મુક્તિનો નવો યુગ આરભ્યો હાલના યૂરોપમા નેપોલિયન કરતા વધારે લશ્કરી ભેજાનો પુરુષ જન્મ્યો નથી. યૂરોપ આ બળવાન વીરની ગર્જનાથી ધ્રૂજતું હતુ, પણ તે હાર્યો; અને તેની હારમાટે તેનોજ દેશવાસી માર્શલ ફોશ જણાવે છે કે, તેનામા એક મોટી ખોડ હતી અને આ ખોડ તેનું અહંપણુ હતુ નેપોલિયન મહાન હતો, છતા તેનામા અહંભાવ રહી ગયો હતો એક જગવિખ્યાત વ્યક્તિ હોવા છતા તે સર્વશક્તિમાન પ્રભુ આગળ પોતાની લઘુતા સમજી શક્યો નહિ અને તેની પાસેથી બળ અને શક્તિમાટે તેણે પ્રાર્થના કરી નહિ

શિવાજી તો અધ્યાત્મવાદી હતો, તેને દેવી સ્વપ્નો આવતા હતા, તે દુર્ગાનો ભક્ત હતો અને એજ ભક્તિના પ્રતાપે તે ગરીબો અને નિરાધારોની વહારે જતો. તેનામા અક્ષરજ્ઞાન નહોતુ, છતા ડહાપણ અગાધ હતુ શૂરવીરતા અને શક્તિની આ મૂર્તિમા નિર્બળો, બચ્ચાઓ, સ્ત્રીઓ અને નિરાધારોનું રક્ષણ કરવાની અડગ ભાવના હતી. એના નિખાલસ અને પ્રેમી હૃદયમા ભક્તિનો ઝરો વહેતો હતો એ મહાન રાજ્ય મેળવીને પોતાના ગુરુ રામદાસ પાસે ગયો અને તેને પોતાનુ રાજ્ય અર્પણ કર્યું શિવાજીને પોતાના માટે રાજ્યની જરૂર ન હતી પોતાના ગુરુની સાથે લોકોની સેવામા પોતાનુ જીવન અર્પણ કરવાની તેણે કેટલીએ વાર પોતાના ગુરુને ઇચ્છા દર્શાવી હતી. જ્યારે લોકોએ તેને પોતાનો મહારાજા બનાવ્યો, ત્યારે તે માનવા લાગ્યો કે, તે મહાદેવીનો સેવક થયો હતો શિવાજીનુ જીવન ઉચ્ચ આશયોમાટે અર્પણ કરવામા આવ્યુ હતુ જે પુરુષો પોતાની શક્તિનો ઉપયોગ પ્રભુભક્તિમા કરશે, તેઓનાજ હાથે હિંદનો ઉદ્ધાર થશે; કારણ કે સ્વાર્થ માટે કરેલો શ્રમ ધમાઈ જાય છે અને નાશ પામે છે, પણ ઇશ્વરને માટે કરેલો શ્રમ અમર રહે છે

૩૮—સાહિત્ય એટલે શું?

(લેખક·—પ્રો૦ આનંદશંકર બાપુભાઈ ધ્રુવ, 'શારદા'—જાન્યુઆરી ૧૯૨૬)

''સાહિત્યને વિશાળ અર્થમા લેવા હું સૂચવુ છું. જીવનમાં સહરાના રણ આવે, તે પણ પ્રકટ કરતા શીખવું એ આવશ્યક છે, સુંદર કાવ્યોની સાથે કર્કશ વિષયોનેણ—પહાડોને પણ ઓળંગતા શીખવુ, એ બાબત ઉપર હું યુવકોનુ ધ્યાન ખેચું છું. નવો યુગ એ ફૂલના બિછાના જેવો નહિ રહે તેમા કટક ઉપર ચાલવાની શક્તિ પણ જોઇશે, કળા—કૌશલ્ય પ્રાપ્ત કરવા જોઇશે અને તે માટે બુદ્ધિવૈભવ પણ જોઇશે, માટે કેવળ ભાવનાયુક્ત સાહિત્યના લેખો ઉપરજ નહિ રહેતા શાસ્ત્રના વિષયોને પણ પોતાના કરવા મથજો કેવળ હૃદયની ભાવનાને સ્પર્શે એજ સાહિત્ય નથી; પણ સૌંદર્ય, સત્ય અને નીતિના અચળ નિયમો એકતાર થાય ત્યારેજ ઉચુ સાહિત્ય કહેવાય એક નવલકથામા એક આબેહૂબ ચિત્ર હોય એનુ માત્ર આબેહુબપણુજ નહિ, પણ એમાના વિચારોમા સર્જકશક્તિ (ક્રીએટીંગ પાવર) રહેલી હોય, તે સાથે મળવાથીજ એ સાહિત્ય કહેવાય. જગતના સાહિત્યમા કાંઇ કેવળ હૃદયના ભાવો નથી હોતા રામાયણ એ 'નેશલન એપીક' કેમ બની, તેનો તમે વિચાર કરો. આર્યોની સસ્કૃતિ આખા હિંદમા કેમ વ્યાપી તેનો તેમા ચિતાર છે. તેમા જો માત્ર તેટલુજ હોત તો તે એક ઇતિહાસનું પાનું થાત, પરતુ તેમા જગતના સત્યો પ્રકટ થયેલા છે અને તેથીજ તે સાહિત્યનો મહાગ્રથ છે સાહિત્ય એ જીવનને ઉન્નત બનાવનાર શકિત છે, એમ જો તમે માનશો તોજ તમે સાહિત્યની તેમજ તમારી ઉન્નતિ સાધી શકશો અમારા યુગમા તેમ થઇ શકયુ નથી, પણ તે માટે આજના યુવકોમા મારી આશાઓ રહેલી છે.

૩૯—પતિસ્તોત્ર

नमः कान्ताय भर्त्रे च शिवचन्द्रस्वरूपिणे ।
नमः शान्ताय दान्ताय सर्वदेवाश्रयाय च ॥ १ ॥

શિવ અને ચંદ્રસ્વરૂપ કાન્ત—ભર્તાને નમસ્કાર હો. શાંત, દાંત અને સર્વ દેવના આશ્રયરૂપ પતિને નમસ્કાર હો. (૧)

नमो ब्रह्मस्वरूपाय सतीप्राणपराय च ।
नमस्याय च पूज्याय हृदाधाराय ते नमः ॥ २ ॥

બ્રહ્મરૂપ, સતીના પરમ પ્રાણરૂપ, નમસ્કાર કરવા યોગ્ય, પૂજ્ય અને હૃદયના આધાર એવા તમને નમસ્કાર હો (૨)

पञ्चप्राणाधिदेवाय चक्षुषस्तारकाय च ।
ज्ञानाधाराय पत्नीनां परमानंददायिने ॥ ३ ॥

પાંચ પ્રાણના અધિદેવ, આંખની કીકીરૂપ, જ્ઞાનના આધારરૂપ અને પત્નીને પરમ આનંદ આપનારા તમને—પતિને નમસ્કાર હો (૩)

पतिर्ब्रह्मा पतिर्विष्णुः पतिरेव महेश्वरः ।
पतिश्च निर्गुणाधारब्रह्मरूपो नमोऽस्तुते ॥ ४ ॥

પતિજ બ્રહ્મા, વિષ્ણુ અને મહેશ્વર છે. એજ નિર્ગુણ અને સર્વાધાર બ્રહ્મરૂપ છે, તેને નમસ્કાર હો. (૪)

क्षमस्व भगवन् दोषं ज्ञानाज्ञानकृतञ्च यत् ।
पत्नीबन्धो दयासिन्धो दासीदोषं क्षमस्व च ॥ ५ ॥

હે ભગવન્! જાણે—અજાણે કરેલા (મારા) અપરાધને ક્ષમા કરો. હે પત્નીના મિત્ર! હે દયાસાગર! દાસીના દોષને ક્ષમા કરો. (૫)

इदं स्तोत्रं महापुण्यं सृष्ट्यादौ पद्मया कृतम् ।
सरस्वत्या च धरया गंगया च पुरातनम् ॥ ६ ॥
सावित्र्या च कृतं पूर्वं ब्रह्मणे चापि नित्यश ।
पार्वत्या च कृतं भक्त्या कैलासे शंकराय च ॥ ७ ॥
मुनीनाञ्च सुराणाञ्च पत्नीभिश्च कृतं पुरा ।

पतिव्रतानां सर्वासां स्तोत्रमेतच्छुभावहम् ॥ ८ ॥
इदं स्तोत्रं महापुण्यं या शृणोति पतिव्रता ।
नरो वापि च नारी वा लभते सर्ववांछितम् ॥ ९ ॥
अपुत्रो लभते पुत्रं निर्धनो लभते धनम् ॥
रोगी च मुच्यते रोगाद्बद्धो मुच्येत बन्धनात् ।
पतिव्रता च स्तुत्वा च तीर्थस्नानफलं लभेत् ।
इदं जप्त्वा सती भक्त्या भुङ्क्ते सा तदनुज्ञया ॥ ११ ॥

આ સ્તોત્ર સૃષ્ટિના આરંભમાં બ્રહ્માએ કરેલું. આ પુરાતન સ્તોત્રનો સરસ્વતી, ધરા અને ગંગા તેમજ સાવિત્રી પણ બ્રહ્માને ખુશી કરવા હમેશા પાઠ કરતા. શંકરને ખુશી કરવા પાર્વતી પણ કૈલાસમાં આ સ્તોત્રનો પાઠ કરતા; તેમજ દેવતાઓ અને મુનિઓની સ્ત્રીઓ પણ પહેલાં આ સ્તોત્રનો પાઠ કરતી. આ સ્તોત્ર સર્વ પતિવ્રતાઓનું શુભ કરનાર છે. જે પતિવ્રતા આ સ્તોત્રનું શ્રવણ કરે અથવા જે નરનારી આનો પાઠ કરે, તે સર્વ વાંચ્છિત ફળને પામે છે. આ સ્તોત્રના પાઠથી અપુત્રને પુત્ર ને નિર્ધનને ધન મળે છે, રોગી રોગથી અને બંધિવાન બંધનથી મુક્ત થાય છે. પતિવ્રતા આનો પાઠ કરવાથી તીર્થસ્નાનના ફળને પામે છે. આ સ્તોત્રનો જપ કર્યા પછી ભક્તિથી પતિની આજ્ઞા લઇને પછી જમવું ૬-૧૧

૪૦—નવવધૂને ૧૧ ઉપદેશ

જાપાનમાં માતા પુત્રીને લગ્નદિવસે નીચલા ૧૧ ઉપદેશ આપે છેઃ-

૧ બેટી! આજે લગ્ન થયા પછી તું મારી પુત્રી નહિ રહે આજ સુધી તું જે પ્રકારે મારી અને તારા પિતાની આજ્ઞા પાળતી રહી છે, તેજ પ્રમાણે હવે તારા સાસુ-સસરાની આજ્ઞાનું પાલન કરજે

૨ લગ્ન પછી માત્ર એક પતિજ તારો સ્વામી થશે. તેની સાથે હમેશા નમ્રતા અને મોટું મન રાખજે. પોતાના પતિની આજ્ઞાનું અક્ષરશઃ પાલન કરવું એ સ્ત્રીનો સર્વશ્રેષ્ઠ ગુણ છે.

૩ તારા સાસરિયા સાથે હમેશા વિનય અને સહનશીલતા રાખજે.

૪ તેમની સાથે કદી અણબનાવ ન કરીશ, નહિ તો પતિનો પ્રેમ ખોઇશ.

૫ ક્રોધ ના કરીશ, પતિ કઇ અયોગ્ય કરે ત્યારે પણ મૌનજ રાખજે અને જ્યારે પતિ શાંત થાય ત્યારે નમ્રતાથી તેમને સમજાવજે.

૬ બહુ વાતો ન કરીશ; જૂઠું ન બોલીશ, પાડોશીની નિંદા ન કરીશ.

૭ હાથ જોનારા વગેરેને તારા ભાગ્યની હકીકત ન પૂછીશ.

૮ તારૂં ગૃહકાર્ય કરકસરથી ચલાવજે અને સાવધાનીપૂર્વક બધી વ્યવસ્થા રાખજે.

૯ તારા પિતાની ઉચ્ચ પંક્તી અથવા અમીરીનો ફાકો ન રાખીશ. પતિ સમક્ષ તારા પિતાની ધનાઢ્યતાના કદીપણ વખાણ ન કરીશ.

૧૦ તુ યુવાન છતા પણ યુવતીઓના ટોળામા ન બેસતી. (અર્થાત્ વૃદ્ધો પાસેજ બેસવું હિતકર છે)

૧૧ હમેશા સ્વચ્છતા અને લજ્જા જળવાય એવાજ વસ્ત્રો પહેરજે, બહુ ભભકાદાર રંગના વસ્ત્રો ન પહેરીશ

આ ઉપદેશ પ્રાચીનકાળથી પરંપરાગત ચાલતો આવ્યો છે

૪૧—સ્ત્રીનો દરજ્જો અને માતાનો મહિમા

સ્ત્રીજાતિવિષે પુરુષવર્ગમા તેમજ ખુદ સ્ત્રીવર્ગમા પણ પેસી ગયેલા અજ્ઞાનમૂલક હલકા વિચારો દૂર થઇ યુયોગ્ય સ્ત્રીનો દરજ્જો ધ્યાનપર આવે, તેટલા માટે અનેક પ્રમાણભૂત ગ્રંથો અને સમર્થ વિદ્વાનોના ઉતારા સુપ્રસિદ્ધ હિંદી "સરસ્વતી"ના જાનેવારી ૧૯૨૫ના અંકમા તેમજ અમદાવાદમા પ્રસિદ્ધ થતા "સ્ત્રીબોધ" માસિકમા પ્રસિદ્ધ થયા હતા. આ પુસ્તકના વાચકવર્ગ માટે તે ઉપયોગી લાગવાથી મોટે ભાગે એમાના તેમજ થોડે ભાગે બીજા ઉતારા આ નીચે આપવામા આવ્યા છે; જેને માટે તેના લેખક પ્રકાશક મહાશયોનો આભાર માનીએ છીએ.

ઋગ્વેદ—"હે સ્ત્રી' તુ ઘરની માલિક થઇને જા, અને ત્યા જેટ-

લા પુરુષો હોય તેમની સાથે રાણીની પેઠે વાતચીત કર ”

રામાયણ–“સ્ત્રી ! વનને પણ રાજમહેલ કરતા સુદર બનાવી દે છે.”

મનુસ્મૃતિ–“જે પિતા, ભાઇ, પતિ અને દિયર પોતાનું કલ્યાણ ઇચ્છે, તેમણે પોતાની પુત્રી, બ્હેન, સ્ત્રી અને ભાભીનુ કદી પણ અપમાન કરવુ જોઇએ નહિ. × × જયા સ્ત્રીઓનુ પૂજન થાય છે, ત્યા દેવતાઓ નિવાસ કરે છે અને જયા તેમનું પૂજન નથી થતુ, ત્યા બધી જાતના ઉત્તમ કર્મ પણ નિષ્ફળ થઈ જાય છે. × × જે ગૃહમા સ્ત્રી પુરુષથી અને પુરુષ સ્ત્રીથી સતુષ્ટ રહે છે, ત્યા નિશ્ચય નિત્ય કલ્યાણ થાય છે ”

મહાભારત–“સ્ત્રી એ પુરુષની અર્ધાગના છે, તેનો સૌથી મહાન મિત્ર છે; તથા ધર્મ, અર્થ અને કામનું મૂળ છે જે તેનુ અપમાન કરે છે, તેનો કાળ નાશ કરે છે. સ્ત્રી એ ઘરનુ ધન અને ઘરની શોભા છે, માટે સદા તેની રક્ષા કરવી જોઇએ. મહાભાગ્યવતી અને પુણ્યવાળી સ્ત્રી પૂજનીય છે.”

હઝરત મહમ્મદ સાહેબ–“તારૂં સ્વર્ગ તારી માતાનાં ચરણો નીચેછે.”

સ્વામી દયાનંદ–“ભારતવર્ષનો ધર્મ ભારતવર્ષના પુત્રોથી નહિ પણ પુત્રીઓના પ્રતાપે સ્થિર છે. ભારતીય સ્ત્રીઓએ પોતાનો ધર્મ છોડયો હોત તો ભારતવર્ષ ક્યારનોયે નષ્ટપ્રાય થયો હોત ”

સ્વામી વિવેકાનંદ–“મૈત્રેયી અને ગાર્ગી જેવી પ્રાત સ્મરણીય સ્ત્રીઓએ બ્રહ્મચર્યામા સારા સારા ઋષિઓના અધિકારને પણ શોભાવ્યો હતો. હજારો વેદજ્ઞ બ્રાહ્મણોની સભામા, ગાર્ગીએ ગર્વપૂર્વક યાજ્ઞવલ્કયને બ્રહ્મચર્યાનું આહ્‌વાન (ચેલેંજ) આપ્યુ હતુ. × × × જો એ સર્વ આદર્શરૂપ સ્ત્રીઓને અધ્યાત્મજ્ઞાનનો અધિકાર હતો, તો પછી અત્યારે તેમને એવો અધિકાર નથી, એમ કેમ કહી શકાય ?”

“અત્યારે પણ આ દેશની કન્યાઓમા અને સ્ત્રીઓમા જેવુ સદ્‌વર્તન, સેવાભાવ, સ્નેહ, દયા, સ્નેહ, સતોષ તથા પતિભક્તિ જોવામા આવે છે; તેવું પૃથ્વીના બીજા કોઇ ભાગમા મે જોયુ નથી.’

“એકમાત્ર ભારતવર્ષની કન્યાઓને જોવાથીજ આંખો ઠરે છે.

તેમનામા લજ્જા, વિનય આદિ સદ્ગુણો હજી પણ જેવા ને તેવા રહી શક્યા છે. આવા સરસ સાધનો હોવા છતા તમે સ્ત્રીજાતિની ઉન્નતિ કરી શકતા નથી!!"

"જે દેશમા–જે પ્રજામાં નારીપૂજા નથી, તે દેશ–તે પ્રજા કોઇ કાળે મહાન કે ઉન્નત થઈ શકે નહિ નારીરૂપી શક્તિ–મૂર્તિની અવગણના કરવાથીજ આજે તમારૂં અધ:પતન થયુ છે. × × × × જે ઠેકાણે સ્ત્રીઓનો આદર ન હોય અને સ્ત્રીઓ જ્યા ગમગીનીમાજ સમય પસાર કરતી હોય, તે સસારની કે તે દેશની ઉન્નતિની આશા રાખવી નિષ્ફળ છે, એટલાજ માટે પ્રથમ સ્ત્રીઓને જાગૃત કરવી જોઇએ અને તે ઉદ્દેશ સિદ્ધ કરવા એક આદર્શ મઠની સ્થાપના કરવી જોઇએ. * * મહામાયાની સાક્ષાત્ પ્રતિમા જેવી સ્ત્રીજાતિનો તમે ઉદ્ધાર નહિ કરો ત્યાંસુધી તમારા દેશનો ઉદ્ધાર થનાર નથી"

સ્વામી રામતીર્થ–"હિંદમા સ્ત્રીશિક્ષણ બંધ કરી દેવામા આવ્યું તેની સજા હિંદ સારી પેઠે ભોગવી રહ્યુ છે × × × સ્ત્રીશિક્ષણનો પ્રચાર કરો. તમારા પૂર્વજો સ્ત્રી શિક્ષણના પક્ષપાતી હતા તમે કેમ વિરોધી બનીને તમારે હાથેજ તમારા પગ ઉપર કુહાડો મારો છો? જે બીજાની સ્ત્રી તરફ પાપદૃષ્ટિથી જુએ છે, તે પરમાત્માના ક્રોધને જાગૃત કરે છે અને પોતાને માટે નરકનો રસ્તો સાફ કરે છે."

શ્રી. દાદાભાઇ નવરોજજી–"મારી માતાએ મારી ઉપર નજર રાખીને મને મારા સહચરોના બૂરા પ્રભાવથી બચાવ્યો."

મ૦ ગાંધીજી–"કોઈ પણ સ્ત્રીનું સ્ત્રીત્વ ભગ કરતા પહેલા મરી જવુ એજ ઉત્તમ કર્મ છે. કોઈપણ સ્ત્રીને પાપકર્મમાથી બચાવી લેવી એ સૌથી મહાન તીર્થ છે"

બંકિમચંદ્ર–"સ્ત્રીઓ એ સાક્ષાત્ ક્ષમા, દયા અને સ્નેહની દેવી મૂર્તિઓ છે."

પોપ–"કેટલાક મદ બુદ્ધિવાળા કવિઓએ સ્ત્રીને ઉતારી પાડી છે. તેઓ કહે છે કે, સ્ત્રી એ એક મોઘી વિપત્તિ છે, જાતેજ ખરીદેલો

રોગ છે, સાપની પેઠે ઝેરથી ભરેલી છે અને ઘરને દુ.ખમય બનાવી દેનાર કાળી રાત્રિ છે; પરંતુ આ બધા નાશવત કવિતાના ખોટા કટાક્ષ છે. આ અસાર સંસારમા બીજા બધા પદાર્થો તો મહેનત કરવાથી મળે છે, પરંતુ સુલક્ષણા સ્ત્રી તો માત્ર પ્રભુની કૃપાથીજ મળી આવે છે. જેની પાસે એવી સ્ત્રી હોય, તે કદી દુ ખને દુ ખ નહિ માને. મને તો વિશ્વાસ છે કે, જો સંસાર સ્ત્રીઓના કહ્યા પ્રમાણે ચાલે તો દુનિયા સ્વર્ગપુરી બની જાય !"

ચંગ-"સુપાત્ર સ્ત્રી પાળેલા કૂતરાથીએ વધુ નિમકહલાલ; હોડીના સુકાનથીએ વધુ દૃઢ અને મહેલના સ્તંભોથી પણ વધુ મજબૂત છે. વમળમા મૃત્યુના ડૂબકા ખાનાર માણસને કિનારો જેટલો વ્હાલો લાગે છે, તેનાથી પણ સુયોગ્ય સ્ત્રી વધુ વહાલી છે. વૃદ્ધ પિતાની આખે નાનો પુત્ર જેટલો સુંદર દેખાય છે, તેનાથી પણ સ્ત્રી સુંદર છે કાળી રાત્રિ પછીના મગળમય પ્રભાત કરતાયે સ્ત્રી વધુ તેજસ્વી છે અને રણમા તરસથી વ્યાકુળ થયેલા મનુષ્યને પાણી જેટલું મીઠું લાગે છે, તેનાથીએ સ્ત્રી ઘણી વધારે મીઠી છે."

લૉવિલ-"વિધાતાએ સ્ત્રીને સુંદર બનાવી છે, એટલામાટે તેને હું મહત્ત્વવાળી નથી ગણતો; તેમજ તેને પ્રેમને ખાતર બનાવવામા આવી છે, એટલા માટે હુ તેના ઉપર પ્રેમ નથી રાખતો, પરતુ તેને હું એટલાજ માટે પૂજનીય માનું છુ કે, મનુષ્યનું મનુષ્યત્વ માત્ર તેનેજ આભારી છે."

શેક્સપીઅર-"સૌંદર્યથી સ્ત્રી અભિમાની બને છે, ઉત્તમ ગુણોથી તેની પ્રશંસા થાય છે અને લજ્જાવતી થઇને તે દેવી બની રહે છે."

હંટ-"સુશીલા અને પુણ્યાત્મા સ્ત્રી જેવું દુનિયામા કાંઇ પણ સુંદર નથી."

હારગ્રેવ-"તારાઓ આકાશની કવિતા છે, તો સ્ત્રીઓ પૃથ્વીની કવિતા છે. દુનિયાના ભાગ્યની રક્ષા તેમનાજ હાથમા છે."

સૌદે-"કવિઓએ સ્ત્રીના ક્રોધની ઈશ્વરના ક્રોધની સાથે તુલના

કરી છે, પરંતુ મને મારી સ્ત્રીના ક્રોધમા એવું ઝેર કદી દેખાયું નથી. તે ક્રોધમા હોય છે ત્યારે તે મારા તરફ જોતી નથી; કેમકે તેને વિશ્વાસ છે કે, મારા તરફ દેખતાંજ તેનો ક્રોધાગ્નિ પ્રેમજળ થઇને વહી જશે."

રૂસો–"સ્ત્રીનું પુસ્તક તો સસાર છે. તે સસારમાથી જેટલું શીખે છે, તેટલું પુસ્તકોમાથી નથી શીખતી."

આસ્કર વાઇલ્ડ–"સ્ત્રી, એ પરમાત્માનું સૌથી મહાન જાદુ છે."

શિલ્લર–"સ્ત્રીને પુરુષની સાથી થવાને સૃજવામા આવી છે. પ્રકૃતિ એમ ઇચ્છે છે અને પ્રાકૃત નિયમો પાળતી સ્ત્રી ઇશ્વરી આજ્ઞાનું પાલન કરે છે."

એલન કનિંગહામ–"આવ મારી વહાલી! આવ, મારી પાસે બેસ. રાત વીતી ગઈ છે અને ચારે બાજુ અજવાળું થઇ રહ્યુ છે; પરંતુ તારાવિના મારાથી પ્રાર્થનાના શબ્દો બોલાતા નથી આવ, મારી પાસે બેસ. તુ પ્રભુને મારેમાટે પ્રાર્થના કરજે, હું તારે માટે કરીશ."

આટવે–"હે સુકુમારી! વિધાતાએ તને પુરુષોને ઠેકાણે લાવવા માટે બનાવી છે, તુ ન હોત તો અમે પશુ જેવા હોત. સ્વર્ગમા પણ એવું શું છે, કે જે તારામા નથી? અદ્ભુત તેજ, પવિત્રતા, સત્ય, અનંત આનંદ અને અમર પ્રેમ, સર્વ કંઈ તારામા છે"

એડીસન–"વિશ્વાસ રાખો કે, જે પવિત્ર પ્રેમથી પિતા પોતાની પુત્રીપ્રત્યે જુએ છે, તે રીતે બીજો કોઇ તેનાપ્રત્યે જોઇ શકતો નથી. પત્નીપ્રત્યેના પ્રેમમા કામના છુપાઇ રહેલી હોય છે અને પુત્રપ્રત્યેના પ્રેમમાં લોભ હેતુરૂપ હોય છે; પણ જે પવિત્ર વહાલ મને મારી પુત્રી ઉપર આવે છે, તેવું બીજા કોઇની ઉપર નથી આવતું"

જોન્સન–"મારા સૂક્ષ્મ વિચારોનુ મૂળ મારી જનનીના પ્રેમભર્યા હાલરડામા છે."

શૉપનહૉર–"મનુષ્યને દૂરદર્શિતા માતાથી અને વીરતા પિતાથી વારસામા મળે છે."

અબ્રાહમ લિંકન–"હું જે કાઇ કરૂ છું અને થઇ શકું છું,

તે દૈવી પ્રકૃતિવાળી મારી માતાની પ્રસાદી છે.”

સર એડમંડ વરટી–“ દરેક દેશમા, દરેક જાતિમા અને દરેક ધર્મમા મનુષ્યને તેની માતા જેવા બનાવે છે તેવોજ તે થાય છે.”

જોર્જ હર્બર્ટ–“ એક આદર્શ જનની સો ઉસ્તાદો કરતા પણ શ્રેષ્ઠ છે.”

નેપોલિયન–“ ફ્રાન્સનો વૈભવ તેની માતાઓપર રહેલો છે. × × કોઇ પણ બાળકની ભાવિ ઉન્નતિ અથવા અવનતિનો આધાર તેની માતા ઉપરજ છે. × × હુ મારી કર્તવ્યનિષ્ઠા અને ધૈર્ય મારી માતાની ગોદમાથી શીખ્યો છુ.”

લો. ડ. વર્લે–“ પુરુષની ઉન્નતિ કે અવનતિ સ્ત્રી ઉપર આધાર રાખે છે જો એ સુશિક્ષિત હોય તો પતિની ઉન્નતિનું કારણ બને છે અને જો મૂર્ખ હોય તો તે પુરુષની અવનતિનુ કારણ બને છે.”

મિશલેટ–“ જોકે આજે મારી માતાને પરલોકગમન કર્યાંને લગભગ ત્રીસ વર્ષ થઇ ગયા છે, પરતુ તે હજુસુધી મારા વિચારોમા તથા શબ્દોમા જીવતી છે. × × × × × હુ મારી તમામ ઉન્નતિઓ અને વિજયોમા મારી માતાનો દેવાદાર છુ.”

ગેરીબાલ્ડિ–“ મને મારા દેશપ્રત્યે જે શુદ્ધ પ્રેમ છે અને જેણે મને મારા અભાગી સ્વદેશબધુઓના આત્મારૂપ બનાવ્યેા છે, તેનો પ્રારભ, જ્યારે હું મારી માતાને દીનોપ્રત્યે સહાનુભૂતિ બતાવતી અને દુખીઆ લોકોપર દયા કરતી જોતો ત્યારથી થયો છે ”

ગોલ્ડસ્મિથ–“જે સ્ત્રી પોતાના પતિ તથા બાળકોને નિરતર આનંદમા રાખે છે, તેની પાસે આખા જગતની સમ્રાજ્ઞીનો વૈભવ તુચ્છ છે”

બુલ્વર–“ હે સ્ત્રી ! તુ અમો પુરુષોને સાક્ષાત્ માનવજાતિની થઇને મુશ્કેલીના પ્રસગોમા માર્ગદર્શક થવાવાળી સિદ્ધિકર દેવી છે. તારામાં ઈશ્વરી અશ છે.”

ફ્રેડરિક હેસ્ટન–“ જ્યા માતાપિતા અને વિશેષે કરીને માતા બુદ્ધિમતી હોય છે, એ ગૃહ મનુષ્યત્વ અને **સભ્યતાનું મહાવિદ્યાલય**

છે ઘરમાજ મહત્ત્વપૂર્ણ અને અત્યત અગત્યના પાઠોનુ શિક્ષણ મળે છે; માટે મહાન પુરુષો ઉત્પન્ન કરવા માટે અમારે એવી માતાઓની અગત્ય છે, કે જે પોતાનો પૂર્ણ સમય કઠિન કાર્યો કરવામા ગાળવાની યોગ્યતા રાખતી હોય અને સાથે અમને એવી જનનીઓની અગત્ય છે, કે જેનુ હૃદય અને મસ્તિષ્ક સપૂર્ણ રીતે વિશુદ્ધ હોય ”

૪૨—પરદેશી ખાંડ એટલે ભ્રષ્ટતાનો ભંડાર !

(લેખકઃ-એક પ્રજાજન-“ કચ્છી ” તા ૨૦-૫-૨૩)

૧ એનસાઇક્લોપીડીઆ બ્રીટાનીકા જેવો બળવાન અને ઘણાં વર્ષોની શોધખોળને અતે તૈયાર થયેલો મહાન ગ્રથ કે જેને આધારે સરકાર ફૅંસલા આપે છે, તેને ૬૬૭ મે પાને લખેલ છે કે—“ ખાડ સાફ કરતી વખતે દરેક જનાવરના લોહી તથા હાડકાના કોલસાનો ચૂનો નાખવામા આવે છે ”

૨ ડીક્ષનેરી ઑફ આર્ટસ-૬ ઠ્ઠી આવૃત્તિ-લડન, પાને ૮૨૯ મે લખ્યુ છે કે—“ગાગડા બનાવવામા આવે છે, તે વખતે ૫૪ મણ ખાડમા ૨૭ મણ હાડકાના કોલસાનો ભૂકો નાખવામા આવે છે; અને ખાડ સાફ કરવાના કારખાના ગામમા છે, તેમા ભારોભાર હાડકાના કોલસાનો ભૂકો નાખવામા આવે છે”

૩ સ્વામી ભાસ્કરાનદ લખે છે કે—“જ્યારે હુ વિલાયત ગયો, ત્યારે મેં કેટલાક ખાડના કારખાના જોયા. તેમા પહેલે માળે ચઢતાજ મને ઉલટી થશે એમ લાગ્યુ હુ નહોતો જાણતો કે, આવી અપવિત્ર ચીજોથી ખાડ બને છે, પણ નજરે જોતા સખેદ આશ્ચર્ય થાય છે કે, જે ચીજને અડવાથી પણ મહાન પાપ લાગે તે ચીજ હિદુઓથી ખવાયજ કેમ ?”

૪ ભારતમિત્ર-તા૦ ૨૮-૧૦-૧૯૦૫ ના અકમા જણાવે છે કે— “સારી ખાડ બનાવવામાટે જેમ આ દેશમા દૂધ વપરાય છે, તેમ ત્યા જનાવરોના લોહીથી ખાંડની અદરનો મેલ કાપવામા આવે છે; કારણ કે કસાઇખાનામા દૂધ કરતા લોહી સસ્તુ મળે છે. મિસ્ટર હેરીસ કહે

છે કે, ખાંડ સુવરના લોહીથી સાફ થાય છે. એ. જે. ટેલર સી. ઇ. સાહેબના બનાવેલા "શ્યુગર મશીનરી" નામના ગ્રંથમા લખ્યું છે કે, ઇગ્લૅંડ વગેરે દેશોમા ખાડ સાફ કરવામા પાણી અને ગાયોનું લોહી મેળવે છે. ભાઇઓ ! હિંદુને ગાય અને મુસલમાનને સુવરનું લોહી ખાવાલાયક છે?"

૫ જ્ઞાનસાગર સમાચાર મુબઇ, તા૦ ૧૫-૧૨-૧૯૦૫ માં લખે છે કે -"પરદેશી ખાડ-સાકર નાના પ્રકારના રોગથી ભરેલા સર્વ પ્રકારના જીવોના હાડકા, બળદ અને સુવરના લોહી તથા મનુષ્યના મૂત્રથી સાફ થાય છે. જેના પવનથી પણ ડરીએ તેવા કોઢ વગેરે રોગવાળા લોકોનુ પણ મૂત્ર તેમા નાખવામા આવે છે. અરેરે ! આ હિંદુ-મુસલમાનને ખાવાલાયક છે ?"

૬ સ્વદેશોન્નતિ દર્પણ -"પરદેશી સાકર અપવિત્ર છે; એટલુંજ નહિ પણ તેની અંદર નાના પ્રાણી-કીડી, મંકોડી વગેરેના આતરડા, માસ, હાડપિંજર અને શરીરની અંદરના રેસા હોય છે. મોરસ સાકર તો બીટ, ગાજર, તાડી વગેરેમાંથી બનાવવામા આવે છે અને તેમા સડેલું લોહી તથા રોગિષ્ટ જનાવરોના હાડકાનુ મિશ્રણ હોય છે."

૭ મી૦ ફીનલે નામના ગૃહસ્થ જણાવે છે કે.-"વિલાયતી ખાડ જે હિંદમા ફેલાઇ છે, તે દેખાવમા સફેદ અને કિંમતમા સસ્તી પડે છે, પણ તેનાથી ઘણા રોગો હિંદુસ્તાનમા પેદા થઇ ચૂકયા છે. તે ખાંડ લોહી અને શક્તિનો નાશ કરે છે તે ખાડ દૂધ આદિ જે જે પદાર્થોમાં નાખવામા આવે છે, તેમા આપણે ઝેરજ નાખીએ છીએ એમ જાણવુ. ઇગ્લૅંડ તેમજ હિંદુસ્તાનના પ્રખ્યાત વૈદ્ય-ડૉકટરોએ સ્પષ્ટ મત આપેલો છે કે, આ ખાડ હિંદુ-મુસલમાનને ધર્મના બાધથી તો ખાવાલાયક નથીજ, પણ તેનાથી પ્લેગ, મહામારી ઇત્યાદિ રોગો થાય છે અને બાળકોનુ તથા મોટા માણસનુ મરણપ્રમાણ પણ વધે છે; માટે ધર્મને ન માનવો હોય તો આરોગ્યની દૃષ્ટિથી પણ ખાડ ખાતા અટકવુ જોઇએ. કાચના ગ્લાસમા ગરમ પાણી ભરી તેમા સાકરનો ગાગડો નાખીને ઓગાળતી વખતે સૂક્ષ્મદર્શક યંત્રથી જોશો તો

એમા લોહીના રજકણો દેખાશે. વળી દેશી અને મોરસ ખાડ બન્નેને જૂદા જૂદા વાસણમા મૂકો, પછી બન્નેમા થોડો થોડો સલ્ફરીક એસીડ (ગધકનો તેજાબ) નાખો. તરતજ દેશી ખાંડમાથી મીઠી માટી જેવી સુવાસ આવશે અને મોરસમાથી દુર્ગધ આવશે જો આ વાત જરા પણ જૂઠી હોત તો લાગવગવાળા ગોરા વેપારીઓએ આ વિગત પ્રગટ કરનારાઓ ઉપર જરૂર ફોજદારી માડી દીધી હોત, માટે આ બાબત સાચીજ હોવાથી કોઇ પણ હિદવાસીને પરદેશી ખાડ ખાવાલાયક નથી. હિદુઓની પેઠેજ જે ગોરા લોકોએ માસાહારનો ત્યાગ કર્યો છે અને જેઓ કેવળ વનસ્પતિના આહાર ઉપર રહે છે, તેઓએ પણ ખાડસાકર ખાવા બધ કર્યા છે; તો પછી આપણા હિદુઓથી તો આવી અપવિત્ર ચીજ ખવાયજ કેમ ?"

૮ હિદી બંગવાસી—કલકત્તા-તા૦ ૩૦-૩-૧૯૦૩ ના અંકમાં લખે છે કે:-"હિદુસ્તાનમાથીજ દર વર્ષે ૨૮ લાખ મણ જનાવરોના હાડકા ખાડ વગેરે ખાવાના પદાર્થો બનાવવા માટે પરદેશ જાય છે. સ્વદેશી ખાડ કદાચ પરદેશી ખાડથી સહેજ મોઘી મળે, તોપણ તેનાથી પવિત્રતા જળવાઈ રહે છે. વળી તે ખાડ પરદેશી કરતા ગળપણમા પણ વધારે હોય છે, માટે સ્વદેશી ખાડજ વાપરવી. કદાચ સ્વદેશી ખાડ વાપરવાની શક્તિ ન હોય તો ગોળ વાપરવો; પરતુ પરદેશી ખાડ તો કોઈ રીતે નજ વાપરવી. આથી ગૌહત્યા થતી અટકશે અને દૂધાળા ઢોરોની વૃદ્ધિ થઈ દૂધ, ઘી, દહી વગેરે સસ્તા થશે અને તેથી શક્તિ તથા આત્મબળ પણ વધશે."

"અકબર બાદશાહ જેવાના મુગલાઈ અમલમા પણ ૩ થી ૪ રૂપિયે મણ ઘી મળતુ. રૂા. ૧ ના ૭ શેર ઘીની વાતો હજી આપણા ઘરડાઓ કરે છે. તે વખતે ચ્હાની મહેમાની લોકો આપતા ન હતા; પણ લાપશી ને ઘી ખવડાવતા અને ખાતા. તેથીજ પોતાના સ્વધર્મનુ રક્ષણ કરી ૧૦૦ વર્ષ સુધી જીવતા, પણ આ તો પરદેશી વેપારીઓએ ખાવા-પીવાની અને મોજમઝાની એવી તો મોહક વસ્તુઓ

બનાવી છે, કે એશઆરામથી અને ધીમા ઝેરથી આપણી જાતો ખવાઇ ગઈ છે. સૂતે સૂતે મોમા કોળીઓ મૂકનાર મળવાથી બેસીને હાથે ખાવાની તેમજ તેમા શું શુ વસ્તુઓ આવે છે તે જોવાની તસ્દીજ આપણે ના લીધી. કૂવા, ઘટી, ગાય અને રેટીઆ, એ ચારનો વપરાશ દરેક ઘરમાં હતો. તે જવાથી સ્ત્રીઓમા હીસ્ટીરિયા, કસુવાવડ, સુવારોગ અને ક્ષયરોગ વધીને ૨૦ થી ૨૫ વરસમા તેમના મરણ થવા લાગ્યા છે. પુરુષોની પણ તેવીજ દશા થઈ છે. આપણા હમેશના જીવનની ઉપયોગી ચીજોમા પણ આ પ્રમાણે પરાધીનતા થઇ છે, તો હવે જાગો! કુંભકર્ણની નિદ્રા ત્યાગો! સૂર્યોદયના કિરણો ફૂટી ચૂક્યા છે, માટે એશઆરામવાળી પરદેશી ચીજો કે જે ધર્મ, ધન અને આરોગ્યનુ સત્યાનાશ કરનાર છે, તેને એકદમ તજો! જીવનને સાદું અને મહેનતુ તથા તમારા વડીલોની પેઠે ૧૦૦ વરસ જીવતું રહે તેવું કરો અને પોતાના પગપર ઉભા થાઓ!"

૪૩–મૃત્યુનો મહિમા અથવા કાણ–મોહોકાણ

(લેખક–ચતુરભાઇ શંકરભાઈ પટેલ બી. એ. 'ક્ષત્રિય'–માગશર ૧૯૨૫)

ગુજરાતમા ઘર ઘાલી બેઠેલા કૂટવાના અને કાણ–મોહોકાણના નિંદ્ય રિવાજનો વિચાર કરનારને સહજ સમજાશે કે, એ રિવાજમાં પ્રેમઘેલછા અને અજ્ઞાનના પરમ પ્રદર્શન સિવાય બીજું કઇ નથી. મૃત્યુનુ ખરૂ સ્વરૂપ સમજાય તો એ ઘેલછા અને અજ્ઞાનની ઇંદ્રજાળ આપોઆપ નષ્ટ થાય, પણ એમ બનવુ સહેલુ નથી. જ્ઞાનદીપ અજ્ઞાનાધકાર તો ફેડી શકે, પણ ઘેલછાની ગહન ગુહાનાં પડ ભેદવા એના માટે દુષ્કર છે પ્રેમગાડું હૃદય સત્ય વસ્તુસ્થિતિને ખાલી આશ્વાસનરૂપ સમજે છે, સ્નેહરંગે રંગાયલી દૃષ્ટિ ઐહિક સ્થિતિસિવાય બીજું કશું જોઇ શકતી નથી. વિરહવ્યાકુળ મન આધ્યાત્મિકતાના ઉંડાણમા ઉનરી શકતું નથી. પ્રેમોન્મત્તતાથી કુંઠિત બનેલી બુદ્ધિ જ્ઞાનરસાયન જીરવી શકતી નથી. આ બધા કારણોએ કરીને મૃત્યુ

પાછળ પ્રેમોર્મિજનિત રુદન તો રહેશેજ અને ભલે રહે. મૃત્યુવિષેનું અજ્ઞાન દૂર થાય તોય ઓછુ નથી.

પ્રણયના પાલવે રુદન નિર્માયલુજ છે પ્રેમયોગી કલાપિ કહે છે કે'–"કે પ્રીતિનુ રુધિર સઘળું ઉષ્ણ અશ્રુતણુ છે." એ રુદનમા કોઇ મહામૂલી મિઠાશ ભરી છે. એ રુદન આવકારલાયક છે. એ રુદન જરૂર અહી પૃથ્વીમા સ્વર્ગનો અશ છે. કોઇ પણ હૃદયવાળી વ્યક્તિ એને વહાલથી વધાવ્યાવિના નહિ રહે. એથી શોકચિન્તા કે અન્ય દુઃખે ભારે થયેલા હૈયા હલકા થાય છે અતરને અકળાવતો ડૂમો દૂર થાય છે પ્રિય સ્મરણથી પાવન થયેલુ હૃદય વધુ સ્નિગ્ધ, કોમળ અને ભાવભર્યું બને છે. શોકાદિ ધૂમાડાથી રહિત જીવ વધુ ઉજ્જવળ, ઉન્નત અને આનદી બને છે. એકના એક પુત્રના વિયોગે અશ્રુને અભિનંદતાં કવિશ્રી નરસિંહરાવ પણ લખે છે કે:—

"જ્ઞાન બન્ધે રોકિયા અશ્રુજળ રેલાવીને,
સ્મરણ મોઘા બાળના તાજા નિરન્તર છો બને;
અશ્રુ ઔષધ દુ:ખનુ સ્નેહ વૈદ્યે આપિયુ,
અશ્રુરૂપે વહી જતુ વિષ ઉર વિષે જે વ્યાપિયુ."

એ અમોલા અશ્રુ ભલે હરકોઈ સારો. એમના તરફ સર્વની સહાનુભૂતિ ઘટે છે; પણ જરા વિષયાન્તર વેઠીનેય આપણે પૂછીએ કે, એ શાન્તરસપ્રધાન કાર્યમા હાસ્યપ્રધાન કૂટવાના ફારસની શી જરૂર? એ અતર્ગત લાગણીનુ માત્ર ક્ષુલ્લક પ્રકટીકરણ નથી? પ્રેમની સદ્ભાવનાને નામે એ માત્ર બાહ્ય આડંબર નથી? એથી તો પ્રેમ લજવાય છે. શુદ્ધ પ્રેમ કદી એવા દેખાડાની અપેક્ષા રાખે ખરો? વળી એ કૂટણી ફારસમા કાણ-મોહોકાણના કૉમીક પ્રવેશનો ઉમેરો શા કાજે? સગા-સ્નેહીઓએ આશ્વાસન આપવા આવવું હોય તો એકલા નથી અવાતુ? સારો સઘ સાથે લાવવાની જરૂર? આશ્વાસન લેનારથી ઘરને ખૂણે નથી લેવાતું? આખા ગામને જાહેર કરી લેવાથી આશ્વાસનમા કોઇ અદ્દ્ભુત ઉમેરો થાય છે? મરતા સુધી મલાજો રાખનારી

કુલિન સ્ત્રીઓ ઉઘાડી છાતીઓનુ રમુજી પ્રદર્શન ભરબજારે સ્વેચ્છાએ ભરે એમા શો આપદ્ધર્મ રહ્યો હશે વારૂ? વિદેહ થયેલી વ્યક્તિના નિવાસસ્થાને આવી પહોચતા નિરંકુશ રુદનનો નીચ દંભ શા સારૂ ભલા? અને તેય વાણીઆવટુ કરનાર વેપારીને હાથે થતો હોય તો સમજ્યા, પણ સરલહૃદયા સ્ત્રીઓને હાથે? હમણા તો અન્યોન્ય હસતા-રમતા વાત કરતા હતા અને એક નિમેષમાત્રમાં સૌના હૃદય પીગળી ગયા? વળી જેમ ડોળ-માણુસની ભરતીનો કે કુટણીની ચલતીનો-વધારો તેમ પ્રેમ વધારે; એ કયા પ્રમાણપુરઃસર હશે? મરણપ્રસગે આ લગ્નઅવસરના જેવી હાડફેડ અને ધમાલનો શો અર્થ હશે? કાણે આવનાર ડેલીગેટો તો બદલાય, પણ સન્માનકારિણી સભાના સભ્યો તો એના એ તો એમને એ આવનારનું પ્રબળ લાગણીપૂર્વક-આવનાર શોક દર્શાવે તેથી વિશેષ દર્શાવીને-કૂદી કૂદી છાતી કૂટે એથી વિશેષ કૂટીને-સ્વાગત કર્યાસિવાય બીજું કોઇ કામ નહિ હોય? કે પછી મરનારની પાછળ જવાનુંજ એ બધા આદરી બેઠેલા હશે? છાતી કૂટવાથી દમ, ક્ષય અને બીજાં ફેફસાના દરદો જન્મે છે, એ અનુભવી ડૉકટરોનો અભિપ્રાય આ કૂટણીબહાદૂર વીરાગનાઓએ વિચારવા કદી પણ તસ્દી લીધી હશે કે? જો કૂટવાથીજ પ્રેમ પ્રદર્શિત થતો હોય તો મહારાષ્ટ્ર અને બીજા અનેક દેશો પ્રેમવંચિતજ રહેલાને? પ્રેમનો ઇજારો એકલા ગુજરાતને મળેલો? અને તેમાય રાજપૂતો, પાટીદારો અને બારોટોનેજ! એ ત્રણ કોમો જેમ મલાજો રાખવામા અદ્વિતીય છે, તેમ કાણુ-મોહોકાણથી મલાજો ખોવામાય અદ્વિતીય છે. એ પરસ્પર વિરોધી વસ્તુઓનો મેળ ખાધો શી રીતે? આખા ગુજરાતમા એ ફારસની ખીલવણી શી રીતે થઈ? અને ઉપરોક્ત ત્રિપુટીમા આટલુ બધું પદ્ધતિસર બની સપૂર્ણ કક્ષાએ શી રીતે પહોચ્યુ? આ બધા પ્રશ્નો મારે મન અણઉકલ્યા કોયડા છે. કોઇ વાચક કે એ ફારસના ખેલાડી એમને ઉકેલશે?

હવે આપણે મૃત્યુવિષેનુ અજ્ઞાન દૂર કરવા એનું ખરૂં સ્વરૂપ વિ-

ચારીએ. આપણને જ્યારથી સમજણ આવી ત્યારથી આપણે એને મોટો હાઉ માની લીધો છે. એની એકજ વિનાશક બાજુ જોઇને કંપ્યા છીએ, એની બીજી ઉત્પાદક બાજુને જાણવા-વિચારવાનો યત્નજ નથી કર્યો, મૃત્યુએ આખી આલમને બાયલી બનાવી છે, સારી સૃષ્ટિ એના નામથી થરથર કંપે છે, મોતની એ બીકે આપણું ઐહિક જીવન કંટકમય બનાવી મૂક્યું છે અને અનેક મહત્કાર્યો એને લીધે અટકી ગયા છે, અનેક ફરજો એને લીધે વિસરાઇ છે. જનતાના મર્મમા સાલતો એ કાયરતાનો કંટક નીકળી જાય, તો આ સૃષ્ટિ સ્વર્ગસમાન ઉલ્લાસવતી બને. મોતથી નથી બીતા એક અણસમજુ બાળક કે મરજીવા મહાજન. નાનું બાળક મરણની મૂર્તિસમા સાપસાથે ગેલ કરવા ઇચ્છે છે મરજીવો કો ક્રાઇસ્ટ ક્રૉસને માચડે હર્ષભેર લટકે છે, કો પ્રતાપ સ્વેચ્છાએ જંગલોમા ભટકે છે, કો દયાનંદ હલાહલને હેતે વધાવે છે, કો મેક્સ્વિની ભૂખને સુખસમ માને છે, કો મોહનદાસ માતૃભૂમિની વેદી ઉપર સર્વસ્વને હોમે છે। આવા અજ્ઞ કે પ્રજ્ઞને નથી હોતા દુખ કે નથી હોતી દિલગીરી! વિષાદના વિષ તો નિર્માયા છે કર્મે આપણા જેવા અર્ધજ્ઞને.

કવિવર રવીન્દ્રનાથ મૃત્યુનું સ્વરૂપ સમજાવવા એક સુંદર ઉદાહરણ આપે છે. બાળકને ધવરાવતી વત્સલ માતા એક સ્તનનુ દૂધ પૂરૂં થયે બાળકનાજ હિતને ખાતર એને બીજી બાજુએ ફેરવે છે. અજ્ઞાન બાળક ચીસેચીસ પાડીને રડે છે, કેમકે માતાના શુભ આશયની એને ખબર હોતી નથી. માતા બીજું દૂધભર સ્તન એના મુખમા મૂકે છે, ત્યારે તે રડતું બંધ રહે છે અને પૂર્ણ હર્ષભેર ધાવવા માડે છે. મરણ માટે પણ એમજ છે. જ્યારે આ શરીર આત્માના ઉપયોગનુ રહેતુ નથી, ત્યારે પરમવત્સલ પ્રભુ આપણાજ હિત ખાતર એને બીજુ બક્ષે છે. આપણે ક્ષુદ્રબુદ્ધિ એના આ પરમ સદ્ભાવને સમજી શકતા નથી અને નાહક શોક કરીએ છીએ. ગીતામા ભગવાન મરણને આપણી વિવિધ અવસ્થા જેવું સ્વાભાવિક લેખે છે અને કહે છે કે.—

देहिनोऽस्मिन्यथा देहे कौमारं यौवनं जरा ।

तथा देहान्तरप्राप्तिर्धीरस्तत्र न मुह्यति ॥२-१३

અને આગળ એને સ્ફુટ કરતા કહે છે કે,

वासांसि जीर्णानि यथा विहाय नवानि गृह्णाति नरोऽपराणि।
तथा शरीराणि विहाय जीर्णान्यन्यानि संयाति नवानि देही॥२-२२

હવે સમજાયું હશે કે મૃત્યુ-મોઘુ મધુરૂ મૃત્યુ-આ જીવનમાથી પરજીવનમા જવાનો પૂલ છે. એ પૂલ ન હોય તો આપણા ભોગ મળે, પણ પરમ કૃપાળુ પ્રભુની કરુણા કઇ પરિમિત હોય? એના વહાલા બાળકોને ઉન્નતિ કે પ્રગતિવિહોણી એકજ જડ સ્થિતિમા એ સડવા દે ખરો? સંહારક મહાદેવ શિવ (કલ્યાણસ્વરૂપ) અને શંકર (કલ્યાણકારક) શાથી કહેવાય છે, તે હવે સહજ સમજાશે. મૃત્યુ આત્માની ઉન્નતિ અર્થે છે, જીવનના વિકાસ કાજે છે, અધુરી રહેલી ઉત્ક્રાન્તિમાટે છે, પૂર્ણતાએ પહોચાડવા સારૂ છે.

કવિ શ્રી નરસિહરાવ પણ લખે છે કે—

"મૃત્યુ નવ પૂરૂં કરે જીવનું જીવન અહિં;
અધિકઅધિક વિકાસની છે ભૂમિ અન્ય જવુ તહિં.
મૃત્યુ ને જીવન તણો મર્મ ઉંડો કો લહે,
મૃત્યુ તે જીવનતણુ છે અન્ય રૂપ બુધો કહે."

આવા પરમ પ્રગતિસ્વરૂપ મરણને સત્કારવા સઘળાએ તત્પર રહેવું જોઇએ. એને અંતરના ઉમળકે અભિનંદવું જોઇએ. મૃત્યુ એટલે ઉન્નતિમા પગલાં માડવા. મરી જવુ એટલે મહાન પિતામા મળી જવું. સ્વામી રામનો દશ વર્ષનો પુત્ર મરી ગયો, ત્યારે એ આનંદના પરમ આવેશમા આવી ખડખડાટ હસી કહેવા લાગ્યા કે, ભલું થયુ જે મળી ગયો-નહિ કે મરી ગયો. કોઇક દેશમા મરણપ્રસંગે હસવાનો અને આનંદ કરવાનો ચાલ છે, તે પણ આજ કારણને લઇને. સંતોને મન તો મરવા સોહલા છે એ હર્ષોત્પાદક મંગલસમયે શોચ અને દુઃખને અવકાશજ શાનો? કદાચ પ્રેમ બે આસુ પડાવે તો ભલે, પણ મૃત્યુનો ભય શામાટે? સવાસો વર્ષની ઘરડી ડોશીને પણ મરણ-

નો ડર લાગે અને મહાન ફિલ્સુફ પણ મોત આગળ મહાત થાય એ ઓછું લજ્જાસ્પદ છે! મોતથી ડરવું એટલે અવનતિ વહોરી લેવી. પ્રભુ એથી બચાવે! મૃત્યુની તૈયારી કરતા આપણે ગાઇએ કે—

"કર લે સિંગાર એક દિન, સાજન કે ઘર જાના હોગા."

૪૪—શીતળાંની રસીથી થતાં મરણો

(લેખક —લાભશંકર લક્ષ્મીદાસ—જુનાગઢ)

ગરીબો ઉપર જુલમ

૧ **બૉમ્બે ક્રૉનિકલ**—(૧) ચૌદ વરસનો એક અંગ્રેજ છોકરો,(૨)સોળ વરસની એક અંગ્રેજ છોકરી, (૩) એક નાનું અંગ્રેજ બાળક શીતળાની રસીના ઝેરથી મરી ગયા છે—(બોમ્બે ક્રૉનીકલ, તા ૨૯—૩—૨૩)

૨ **વિલાયતનાં વર્તમાનપત્રો**—શીતળાની રસીના ઝેરથી થતા મરણોસંબંધી સમાચાર વિલાયતના વર્તમાનપત્રોમા વખતોવખત છપાય છે; અને ઉપર પ્રમાણે સેંકડો **મરણોના રિપોર્ટો**-આજસુધીમા પ્રસિદ્ધ થયા છે.

૩ **પરમાર્થી ડૉકટરો**—શીતળાની રસીથી થતા ભયંકર દરદોના મરણોસંબંધી ઘણા પરમાર્થી યૂરોપીઅન ડૉકટરોએ **પોતાના જાતિ-અનુભવો** પ્રસિદ્ધ કર્યા છે શીતળાની રસીને વાછરડાના પરુમાથી બનાવવામા આવે છે (૧) તે માણસના શરીરમા દાખલ કરવાથી કેટલા બધા બાળકો તેમજ મોટી ઉમરના સ્ત્રી—પુરષો જીવલેણ બિમારી-થી પીડાઇને મરી જાય છે, (૨) શીતળાનુ દરદ અટકાવવામા તે રસી કેવી નકામી છે, (૩) તે રસી ફરજીઆત મૂકવામાટે ગરીબ લોકો ઉપર કેટલો બધો જુલ્મ થાય છે, તે સબધી **સત્તાવાર હકીકતો** પ્રસિદ્ધ કરવા માટે દયાળુ અગ્રેજોએ લડનમા એક મંડળી સ્થાપી છે.

૪ શીતળાની રસીના ત્રાસદાયક માઠા પરિણામો તે મડળી પ્રસિદ્ધ કરે છે. તેને પરિણામે વિલાયતની સરકારે ફરજીઆત રસી મૂકવાનો કાયદો રદ કર્યો છે અને હવે **લાખો અંગ્રેજો** પોતાના બાળકોને શીતળાની રસી મૂકાવતા નથી અને તેવા બાળકો તદુરસ્ત જીંદગી ભોગવે છે.

૫ ગરીબ માણસો ઉપર જુલમ–શીતળાની રસી ફરજીઆત મૂકવામાટે ગરીબ લોકો ઉપર જુલમ કરવામાં આવે છે. તે સંબંધમાં વખતોવખત આ દેશના વર્તમાનપત્રોમા પોકાર છપાય છે. દાખલાતરીકે.—

(૧) " કાઠિયાવાડમા નાનાં બાળકોને રાજ્યોના શીળી કાઢનાર તરફથી જે દુઃખ થાય છે તે દુઃખ લખ્યું લખાય તેવું નથી. "–કાઠિયાવાડ ટાઇમ્સ, તા૦૨૬–૯–૧૯૨૦. (૨) "**મહુવામાં**–શીળી ડૉક્ટરોના પગારો વધ્યા, કોઇને ઘેર શીળી કાઢવા જવાની ફી ઠરી, વાહનના ભથ્થાં મળ્યાં, તોએ લોભનો અંત નહિ. જેના હાથમા છુરી આવી તે શુ શુ ઘાતકીપણુા ન ગુજારી શકે ! પૈસાને ખાતર નાના બાળકો અને નિર્દોષ ઓરતોપર બસ સીતમજ ચાલે ! " ("સૌરાષ્ટ્ર" તા. ૧૦–૩–૧૯૨૩)

૬ પ્રાર્થના–(૧) ઉપર જણાવેલી લંડન ખાતેની પરમાર્થી મંડળીના સેક્રેટરીને માત્ર પાચ શીલીગ મોકલીને તેનુ ઘણું જાણવાજોગ સાહિત્ય મગાવીને વાચવાની, (૨) શીતળાની રસીથી આ દેશમા કેટલા મરણો તથા ભયકર દરદોના કેસો થાય છે, તે જાણવા માટે ઘેર ઘેર જાતે તપાસ કરવાની, તથા (૩) ઉપર જણાવ્યા પ્રમાણે તે રસી ફરજીઆત મૂકવા માટે થતા જુલમથી ગરીબ લોકોને બચાવવાની આ દેશના દયાળુ અમલદારો તથા ડૉક્ટરો મહેરબાની કરે, અને તેથી તેઓ લાખો આત્માઓના આશીર્વાદ મેળવે, એવી મારી પ્રાર્થના છે.

૭ બીજી પ્રાર્થના–લડન ખાતેની ઉપર જણાવેલી મંડળીની એક શાખા આ દેશમા સ્થાપવાની કોઈ દયાળુ આત્મા મહેરબાની કરે અને તેથી તેઓ મહાપુણ્ય કમાય, એ મારી બીજી પ્રાર્થના છે.

જેઓ માણસજાતના તેમજ જનાવરોના આશીર્વાદ લે છે, તેઓને ઈશ્વરી ન્યાયાધીશ સ્વર્ગે મોકલે છે. જેઓ માણસજાત તથા જનાવરોના શાપ લે છે, તેઓ નરકમા પડીને ત્રાસદાયક પીડા ભોગવે છે.

વાંચનાર! તમે શું લો છો ?–માણસજાત તેમજ જનાવરોના આશીર્વાદ કે શાપ ? ઈશ્વરી ન્યાયાધીશને કોઈ ઠગી શકતું નથી.

૪૫—રબ્બરનાં રમકડાંથી લાગુ પડતું ઝેર

જે માબાપો પોતાનાં બચ્ચાને રબ્બરના રમકડા રમવા આપે છે, તેમને ખબર નથી હોતી તેથી તેઓ પોતાના વહાલા બચ્ચાઓની હોજરીમા ઝેર દાખલ કરે છે. રબ્બરના રમકડાની બનાવટમા સીસાનો ક્ષાર (વ્હાઇટ લેડ)—સફેદો વાપરવામા આવે છે. આ ક્ષાર ઘણોજ ઝેરી ગણાય છે જ્યારે બચ્ચાઓ આવા રમકડા મોઢામા નાખે છે, ત્યારે તેના પેટની અંદર આ ઝેરી ક્ષાર જાય છે અને બચ્ચાઓને અનેક દરદો જેવા કે ખરાબ દાત, બેવડો વળી ગયેલ બરડો, ગાગર જેવું પેટ વગેરે થાય છે. જે માતાઓ પોતાના બચ્ચાઓને રમવાને માટે રબ્બરની 'ધાવણી' આપે છે, તે આનાથી ધડો લેશે કે? જૂના જમાનાની લાકડાની ધાવણીજ ઉત્તમ છે. રબ્બરના કરતા તે સસ્તી પણ મળે છે. બીજાં રમકડા પણ લાકડાના અગર સફેદ કાચના વાપરવા જોઇએ.

૪૬—આરોગ્યવિષેનાં છૂટક સ્મરણો

(લેખક—કે. સી મહેતા; "ભાગ્યોદય" માથી.)

(૧) રાત્રિએ અધિક જાગવાથી બળ ક્ષીણ થાય છે અને તંદુરસ્તી ખરાબ થાય છે

(૨) નિદ્રામાથી જાગૃત થતા ખાટલામાથી કૂદી પડવું હાનિકારક છે. આખો ઉઘડ્યા પછી સૂતા સૂતા થોડીક વાર પરમાત્માનું સ્મરણ કરવાથી સ્વાસ્થ્ય સારૂં રહેશે.

(૩) સ્વાસ્થ્ય—રક્ષાને માટે ખાટલાપરથી ઉઠીને થોડુંક પાણી પીવું, થોડીક કસરત કરવી, અધિક વાર ભોજન ન કરવુ, ચ્હા, દારૂ અધિક ખાટી—કડવી વસ્તુ ન ખાવી આવશ્યક છે

(૪) રોજ સવારે ખુલ્લા શરીરે સૂર્ય સામે બેસવાથી કોઈ રોગ નહિ થાય.

(૫) કદી કદી ઉપવાસ કરતા રહેવાથી શરીરને બહુ લાભ થાય છે. આ હિંદુશાસ્ત્રનોજ મત નથી, પરંતુ મોટા મોટા વિલાયતી ડૉક્ટરોનો મત છે. ડૉકટર લીવેનાર્ડ વિલયમ કહે છે કે, કદી કદી ઉપવાસ કરતા રહેવાથી ઘણાખરા નાના રોગો મટી જાય છે.

(૬) જ્યારે બાળક ઘરની બહાર તડકામા અને સ્વચ્છ વાયુમા રમે છે, ત્યારે તેની પાચનશક્તિ ઘરની અંદર રહેવાના કરતાં ચોવીસ ગણી અધિક વધે છે.

(૭) ખુલ્લા પગોએ બહુ દૂરસુધી રસ્તે ચાલવાથી જેટલા રોગો દૂર થઇ શકે છે, તેટલા રોગ બીજી કોઈ ઔષધિ યા પથ્યથી દૂર નથી થતા.

(૮) લીલી હરિયાળીની તરફ થોડીક વાર આંખો લગાડીને નાકતા રહેવાથી આંખોનુ તેજ ખૂબ વધે છે.

(૯) થાક લાગતા પાણી પીવાથી કામના કારણથી પેદા થયેલા ઝેરી પદાર્થો પાતળા પડી જાય છે અને શરીરને હાનિ પહોચાડવા પહેલા તે બહાર નીકળી જાય છે, માટે થાક લાગવાપર પાણી પીવુ આવશ્યક છે.

(૧૦) પીવાના પાણીને જો એક વાર સવારે ગરમ કરીને ગાળીને રહેવા દેવામા આવે તો તેના જીવજંતુઓ મરી જાય છે અને ઘણા રોગોથી છૂટકારો મળી જાય છે

(૧૧) મંદવાડમા બહુ બોલવાથી, બહુ હસવાથી અને પુસ્તકો વાચતા રહેવાથી જ્વરનો વેગ ઓછો થઇ જાય છે.

(૧૨) પગ ધોવા પહેલા માથું ધોવામા આવે તો મસ્તક કદી કમજોર નથી થતુ.

(૧૩) માદા થવા પર તેની દવા કરાવવા કરતા બારે મહિને ત્રણ રૂપિયા ભરીને હુન્નરવિજ્ઞાન અથવા ભાગ્યોદય જેવા માસિકપત્રો મંગાવીને આરોગ્યતા જાળવી રાખવાના નિયમો વાચવા તે વધારે સારૂં તેમજ લાભદાયક છે.

(૧૪) કોઇ પણ રોગ થવાપર આ દેશનિવાસીઓને માટે આજ દેશની દવા અનુકૂળ પડી શકે છે વિદેશી ઔષધિઓ આપણા સ્વ-

ભાવની વિરુદ્ધ હોવાના કારણથી આપણો વાસ્તવિક ઉપકાર નથી કરી શકતી. આ માટે જ્યારે કદી ઔષધિ સેવવાની આવશ્યકતા હોય, ત્યારે આપણા દેશમા ઉત્પન્ન થયેલા ઔષધનુજ સેવન કરવું જોઇએ વિદેશી ડૉક્ટરની યા વિદેશી ઔષધિનુ કદાપિ સેવન ન કરવું જોઇએ.

(૧૫) શરીરની રક્ષાને માટે મનને પણ ઉન્નત બનાવવુ જોઇએ મનમા ખરાબ વિચારો કદી ઉત્પન્ન ન થવા દેવા જોઇએ

(૧૬) મન અને શરીરની ઉન્નતિ મનુષ્યના આચરણપર આધાર રાખે છે. સદાચારી મનુષ્યજ ઉત્તમ શારીરિક અને માનસિક સ્વાસ્થ્ય પ્રાપ્ત કરી શકે છે અને સદાચારી મનુષ્યજ ઉત્તમ સતાન પ્રાપ્ત કરવાનો અધિકારી થઇ શકે છે

(૧૭) માથાપર નાના વાળ રાખવાથી સ્વાસ્થ્ય સારૂ રહે છે અને ઉત્સાહની વૃદ્ધિ થાય છે.

(૧૮) સ્વાસ્થ્ય ખરાબ થવાપર યા રોગના ઉત્પન્ન થવાપર દવા કરવા કરતા પથ્યપર અધિક ધ્યાન આપવુ જોઇએ.

૪૭–ક્રોધથી માતાના ધાવણમાં ઉપજતું ઝેર

('હિદુસ્તાન' તા ૩૧–૫–૨૪)

વિદ્વાન ડૉક્ટરોએ એવી પરીક્ષા કરી છે કે, જે માતા પોતાના બાળકને ધવરાવતી વખતે ક્રોધમા આવેલી હોય છે, તે માતાના ધાવણમા અમુક પ્રકારનુ ઝેર પેદા થાય છે. એક વખત એક માતા તેની પડોશણ સાથે ખૂબ વઢવાડ કરીને ઘણીજ ગુસ્સે થઇ ગઈ હતી. એવી હાલતમા ઘેર આવીને તરતજ પોતાના બાળકને ધવરાવવા છાતીએ વળગાડ્યુ, બાળક ધાવ્યુ કે તરત તેને આચકી આવવા લાગી અને મરવા પડ્યું હોય તેવા ચિહ્નો દેખાયા. આટલા કારણસરજ આપણી ડોસીઓ જ્યારે જ્યારે બાળકને ધવરાવવા માતા બેસે છે, ત્યારે ત્યારે તેને શાત મનથી નિરાતે બેસીને બાળકને ધવરાવવાની સૂચના કરે છે. હાલના જમાનાની જુવાન માતાઓ આ ડોસીશાસ્ત્રનો અર્થ સમજશે કે પોતાનુ ડહાપણ ચલાવશે ?

૪૮—ચુનો અને તેની વપરાશના લાભ

(લેખક—મોહનલાલ માણેકલાલ ઝવેરી "ગુજરાતી" તા ૨૩-૧૧-૨૪)

ચુનો ભીતે ચોપડવાની પ્રથા ક્યારથી ચાલી તે નક્કી કહી શકાતું નથી, પણ ઇટચુનાના ઘર બાંધવાનુ અને પથ્થર પકવીને ચુનો તૈયાર કરવાતું તથા તે ખાવાનુ અને દવામા વાપરવાનુ તો ઘણા વખતથી જાણીતુ છેજ; પણ આપણી ઘણીક દવાઓ તથા રંગોની પણ (કેમીકલ ટેક્નોલૉજી) રસાયણિક હુન્નરવિદ્યાનું વર્ણન ક્યાય નથી મળતું, તેમ ચુનાનુ પણ જણાય છે. હવે એ સ્થિતિ બદલાઇ છે. આપણી પ્રક્રિયાઓના સિદ્ધાતો હવે ખુલ્લા થતા જાય છે અને તે પ્રમાણે આજ એક બે બાબતો કહુ છુ

ચુનો એટલે કૅલ્શ્યમ ઑકસાઇડ અથવા કૉસ્ટીક લાઇમ—દાહક ચુનો. તે પાણીમા મેળવવાથી પાણીને ખદબદાવી મૂકે અને ખુલ્લો રહેવાથી હવામાથી કારબોનિક એસીડ ગેસ ખેચી લઇને હવાને શુદ્ધ કરે તથા પોતે અશુદ્ધ યાને કૅલ્શ્યમ કારબોનેટરૂપે કે જેને આપણે ચાક કહીએ છીએ, તે રૂપમા થઇ જાય છે. એકે એક કણ આ પ્રમાણે ચાકરૂપે થઇ ગયા બાદ એનાપર ગમે તેવુ અને ગમે તેટલું પાણી રેડો પણ જરાએ ગરમ થવાનુજ નહિ.

ઘણાક જીવજતુઓ ખરાબ હવા કારબૉન ડાઇઓકસાઈડ અને કારબોનિક એસીડ ગેસમા જીવી શકે છે. આપણે જે શ્વાસ નાકમાથી બહાર કાઢીએ છીએ, તેમા એજ હવા હોય છે. પાઉં બનાવનારા ખમીર ઉઠાવે છે (આથો નાખે છે) તેમા ફુલતી વખતે જે પરપોટા બાઝે છે-ઢોકળાના આથાની માફક—એ પરપોટાની હવા તે કારબોનિક એસિડ ગેસ. બધ કૂવામા એ ભેગી થાય અને પાણી હોય તો પાણીમા શોષાઇને તેમાના કચરા કે ચુનાને (કે જે ચુનો હોવાથી એ પાણી 'હાર્ડ-વૉટર' કહેવાય છે અને સાબુ લગાડતા તે ચીકટાઈ જાય છે) એ ઓગાળી નાખે અને પાણી ન હોય તો ભેગી થઇને ભરાઈ રહે અને

કોઇ જનાવર કે માણસ તેમા જતાજ મરી જાય. ઘણી વાર જમીનપર ખાડા હોય છે અને ઘીચ વસ્તીને લીધે કે બીજા કોઇ કારણથી જમીન-માથી કારબોનિક એસિડ ગેસ બહાર નીકળતી હોય તો ખાડામા ભરાઈ રહે. આવા ખાડામા સ્વાભાવિક રીતે નાના જનાવર જઇને બેસે કે તરતજ બેશુદ્ધ થવા માડે. આવી આ કારબૉન ડાઇઑક્સાઇડ અથવા જેને કારબોનિક ઍસીડ ગેસ કહે છે, તેની અસર છે.

આ કારબોનિક એસીડ ગેસને ચુનો અને કૅાસ્ટીક સોડા જલદીથી ખેચી લે છે; ન્યુમોનીઆવાળાને શુદ્ધ ઑક્સિજન આપવામાટે જે લોખડના નળા ડૉકટરના કહેવાથી આપણે લાવીએ છીએ, તે નળામા ઓકિસજન ભરતી વખતે તે ચુના કે કૅાસ્ટીકમાથી પસાર કરીને પછી ભરાય છે, જેથી કઇપણ કારબોનિક એસિડ ગેસ ઑકિસજનમા રહી ગઇ હોય તો પકડાઈ જાય. આપણે જેમ દરદીને ઓકિસજન આપીએ છીએ, તેમજ તે વખતે ભીતે તાજો તાજો ચુનો ચોપડવાનુ પણ રા-ખીએ, તો આખા ઓરડામા ઑકિસજનજ ઑકિસજન થઇ રહે; કેમકે જે હવા આવે અને ભીતે અડે તે બધી શુદ્ધ થઇ જાય અને કારબોનિક ઍસિડ ગેસ ભીતમા શોષાઇ જાય તથા વાયુમાના ઑકિસજન વગેરે બીજા ભાગો રહી જાય, જે દરદીને ઘણો ફાયદો કરે. માથા આગળ ચુનાના ગાંગડા રાખવાથી પણ ફાયદો થાય

નવા ઠેકાણે રહેવા જતાજ આપણે સૌથી પ્રથમ ચુનો ચોપડાવ-વોજ જોઇએ, જેથી હવા શુદ્ધ થતા જે જતુઓ ખરાબ હવામાજ જીવી શકે છે અને રોગ પેદા કરે છે, તે નષ્ટ થાય અને ખરાબ હવા કે ભેજને લીધે રહેઠાણ કરનારા જીવજતુ આવીને રહે નહિ. આથી ઘણા ભયથી આપણે મુક્ત થઇએ છીએ. આ રીતે ચુનો આપણને માત્ર એકલો સફેત દેખાતી ચોખ્ખી ભીતનો સુદર દેખાવ નથી પૂરો પાડતો, પણ હવાને ચોખ્ખી રાખીને રહેનારની તદુરસ્તીને સભાળે છે. આપણે ચુનો વર્ષમા એકાદજ વાર લગાડીએ છીએ, તે ઠીક નથી. ત્રણ-ચાર વાર જરૂર લગાડવો જોઇએ; અને તેમાં મરેસ, ગોળ,

ગુદર કે કોઈ જાતના રંગની માટી નાખવી નહિ જોઇએ શુદ્ધ કળીનો ચુનો-ભુકો થઈ ગયેલો તદ્દન નકામો માટીની પણ કિંમતનો નહિ એવો સફેત ભૂકો નહિ પણ-તાજો ભીજવી ચોપડવો જોઇએ.

૪૯—એક પ્રકારના રંગની અનુપયોગિતા

(લેખક-મોહનલાલ માણેકલાલ ઝવેરી. "ગુજરાતી" તા. ૨૩-૧૧-૨૪)

ડીસ્ટેમ્પર નામનો એક પ્રકારનો રંગ આવે છે. આમા મોટે ભાગે ચુનો હોય છે અને ચીકાશવાળી ચીજ બદલે ઘણે ભાગે "કેસીન" (સૂકુ દૂધ) મેળવેલુ હોય છે. આ દૂધનો ગુણ એવો છે કે, ચુના જેવી ચીજસાથે પાણી મેળવતા તેમા એ ઓગળીને ચીકાશ આપે. ટંકણખારમા પણ "કેસીન" ઓગળી જાય છે. નકલી હાથીદાત એનોજ બને છે અને છત્રીના ડાડા, કૉલર, બટનો, પાસા વગેરે હજારો ચીજો એમાથી બનાવે છે. એ સેલ્યુલોઇડની માફક સળગી ઉઠતો નથી ગુજરાતમા દૂધમાથી માખણ કાઢી લીધા પછી જે "સેપરેટ" બચે છે તેને ફાડીને કેસીન જૂદુ પાડી સૂકાવી વિલાયત ચઢાવાય છે અને બાકી પાણી રહી જાય તેમાથી લેકટીક ઍસિડ બને અથવા ચામડા કેળવનારને આપવામા આવે અથવા ચુનો મેળવીને કેલસ્યમ લેકટેટ બનાવી ડૉકટરી દવામા વપરાય. આ કેસીન સૂકાયુ એટલે પાણીમા તો ગમે તેટલો વખત ઉકાળવાથી પણ ઓગળતુ નથી, પણ ટંકણખાર (સેંકડે ૭ ભાગ) નાખવાથી ઓગળે છે અને ચીકણુ લાહી જેવું થાય છે. ચુના સાથે પણ એ ઓગળી જાય છે આ સિદ્ધાત ઉપરથી ચુનો તાજો લઈ તેમા કેસીન મેળવીને અને મનપસંદ ખુલ્લો રંગ મેળવીને તેમા હવા ન જઈ શકે તેવા એરટાઇટ ડબા પેક કરી મૂકે છે, જે વાપરતી વખતે માત્ર પાણી મેળવીને લગાડી દેવાય ચુનો ચોપડવાને બદલે ડીસ્ટેમ્પર વાપરીએ તો સારૂં એમ કેટલાકનુ માનવુ છે; પણ એ માત્ર શોભાનીજ દષ્ટિએ. ચુનો ઉખડી જાય અને ડીસ્ટેમ્પર ઉખડે નહિ, કપડે ઘસાય નહિ, ફર્નીચરને લાગે નહિ, ધોવાઈ ન જાય, એ એના ગુણ બતાવવામા આવે છે

તે તદ્દન ખરા છે, પણ ચુનો લગાડવાનો મૂળ હેતુ એમા જળવાતોજ નથી. ડીસ્ટેમ્પરમા ચુના જેવી ઝેરી હવા ચુસવાની જગ્યા (પેરોસીટી) તથા શક્તિ રહેતી નથી. માત્ર સુદર દેખાવ આપે છે અને ઉપર જણાવેલા બીજા ગુણ ધરાવે છે, પણ તદુરસ્તી સૌથી વધુ કિંમતી છે, એ ધ્યાનમા રાખવાનુ છે. તેથીજ એકલો ચુનો ભીતે લગાડવો જોઇએ.

૫૦—સફેતો ચોપડવાની જીવલેણ ફેશન

(લેખક—મોહનલાલ માણેકલાલ ઝવેરી "ગુજરાતી" તા ૨૩-૧૧-૨૪)

સર્વ કરતાએ વધુ ખરાબ તે પેલી વ્હાઇટ પેઇન્ટ—ઑઇલ કલર—સફેતો ચોપડવાની જીવલેણ ફેશન ! એ સફેતી તે પણ જેવી તેવી આપે છે ! બીજો કશો ગુણ એમા નથી અને ઉલટુ નુકસાન કેટલું ? વ્હાઇટ પેન્ટ ચોપડનારાઓના કુળના કુળ એના ઝેર—લેડ પોઇઝનીંગ—થી નષ્ટ થઇ જાય છે, છતા સરકાર વ્હાઇટ પેન્ટ કરાવનારાપર ગુન્હાનો આરોપ મૂકતી નથી અને જૈનો આ હત્યા તરફ લક્ષ્ય આપતા નથી ! ચુનો ચોપડનારની બેદરકારીથી તેની આખને જોખમ રહે કે હાથે-પગે લાગે તો તે ફાટે, પણ લેડ પેટ સીસાની ભસ્મનો બનાવેલો સફેતો અત્યત ઝેરી અને તેમા વળી પીરોજી રગ લાવવા માટે "જંગાલ" (કૉપર કારબોનેટ) કે એટાક જે દુનિયાની ઝેરીમા ઝેરી ચીજોમાની એક છે, તે વપરાય છે, અને એ બેઉ ઝેરી ચીજો શરીરને અત્યત હાનિકર્તા છે. સાયટિસ્ટો—વૈજ્ઞાનિકો બૂમ મારી મારીને કહી રહ્યા છે કે, આ ઘાતક ફેશન નષ્ટ કરો પાર્લામેટમા કાયદા માટે ખરડા આવે છે, પણ હજી કશું સારૂ પરિણામ આવ્યુ જણાતુ નથી. હમણાજ મહિના એક ઉપર વ્હાઇટ પેન્ટની ઝેરી અસર માટેના કાયદાનો ખરડો હાઉસ ઑફ કૉમન્સમા બીજી વારના વાચનમાટે આવ્યો હતો ઘણાખરા સુધરેલા દેશોએ કબૂલ કર્યું છે કે "વ્હાઇટપેટ ઘરમા ચોપડવા માટે નથી ઇષ્ટ, તેમજ નથી જરૂરી" આ ખરડાના ટેકામા લૉર્ડ હેનરી કેવેન્ડીશ-બેન્ટીક, નોટિંગહામના કૉન્ઝરવેટિવ મેમ્બરે મોટું

વ્યાખ્યાન કર્યું અને ડર્બીનના લેબર મેમ્બર મી૦ ડબ્લ્યુ. આર. રેન્સે તો પોતાનો જાતિ-અનુભવ વ્હાઇટપેન્ટ ચોપડનાર તરીકેનો કહી સંભળાવતાં કહ્યુ કે "હુ પોતે એ સીસાના રગના ઝેરથી ઘણા વખતથી પીડાઉ છું અને હજી (પાર્લામેટનો મેમ્બર થયો અને રંગારાનો ધધો મૂકી દીધો છે છતા) એ ઝેરની અસર મારા શરીરમાથી સદતર નાબૂદ થઇ નથી" પોતાના જેવાજ બીજા અનેક દાખલા તેણે પાર્લામેટમા કહી સભળાવ્યા અને સીસાના રગનુ ઝેરીપણુ કેવુ ખરાબ જાતનુ છે, તે બહુ સારી રીતે વર્ણવ્યુ. આ ઉપરાત રેડીંગન લેબર મેમ્બર ડૉકટર સોમર વીલ હેસ્ટીંગ્સે એ ખરડાને ટેકો આપતા ઘણુ કહ્યુ હતુ અને છેવટે પાર્લામેટે ખરડાનુ બીજી વારનુ વાચન પસાર કર્યું હતુ.

આ સિવાય કેટલાક એમ ધારી બેસે છે કે, લાકડાને એ રંગ લગાડવાથી તેને ઉધઇ લાગતી નથી. આ વાત પણ ખોટી છે અને તે દાખલા દલીલ સાથે પોપ્યુલર સાયન્સ સીફ્ટીંગ્સમા એક લેખકે સચિત્ર વર્ણવી છે ઉલટું લાકડામા જે ભીનાશ ઘર બાધતી વખતે પેસી જાય છે-આસપાસના ભીતના ચુના અને ઇટમાથી-તે સૂકાવાનુ કામ વ્હાઇટપેન્ટ સદતરજ રોકી મૂકે છે અને તેથી લાકડું ન સડતું હોય તોયે સડે છે. આજે ઠેકઠેકાણે નજરે પડે છે કે, જૂના દેશમાના ઘરોના લાકડા નથી સડતા, પણ મુબઇના ઘરોના લાકડા સડી જાય છે તેનુ કારણજ એ છે.

આ બધુ જોઇને વિચાર કરતા જણાશે કે, એકલા ચુના કરતા **ભીંત ચોપડવા માટે કશુંએ વધારે તંદુરસ્તીભર્યું નથી.**

૫૧-દેશી પેઇનકીલર

લીબુનો રસ શેર ૧, આદુનો રસ શેર ૦ા, સિંધવ તોલો ૧ા, હીગ તોલો ૦ા, સચળ તોલો ૧, સાકર શેર ૧, એ બધી વસ્તુ એકત્ર કરી તેને ઉકાળના ૩ જોશ આપી, તેને ગાળી લઈ, સારા બુચની બાટલીમા ભરી રાખવુ, અને મસાલો નીચે ઠરી જાય એટલે યુક્તિથી ઉપરનું પાતળુ પાણી નીતારી લઇ, બીજી મજબૂત બૂચવાળી બાટલી-

મા ભરી લેવું. આ પ્રવાહી ઝાડા બંધ કરવામાટે વાપરવુ હોય, ત્યારે તેમા થોડું કપૂર મેળવી વાપરવું અને માત્ર પેટમાનો દુખાવોજ મટાડવા સારૂ વાપરવું હોય તો કપૂરવિના પાવુ. એનાથી અજીર્ણ તથા મરડો મટે છે, વાયુની તથા પિત્તની શાંતિ થાય છે, ઝાડા બંધ થાય છે, ભૂખ લાગે છે અને રુચિ ઉત્પન્ન થાય છે.

પર–વિંછીના કેટલાક ઉપાય

૧–વિંછી ડંખ મારે કે તરત તે જગાએ મીઠું ઘસવાથી ચઢતો નથી.

૨–કડવી ઘીલોડીના પાન ચોળીને વિંછી ચઢ્યો હોય ત્યાસુધી ચોપડવાથી ઉતરે છે. ડંખ ઉપર એના પાનની લુગદી બાંધવી.

૩–ખાટખટુંબો પાણીમા ઘસી વિંછી ચઢ્યો હોય ત્યાસુધી ચોપડી પવન નાખવો એટલે ઉતરી જશે.

૪–માણુસના નખ તથા સોપારીનો ભૂકો બીડીમા પીવાથી વિંછી ઉતરે છે.

૫–કરોળીઆનું પડ ચલમમા પીવાથી વિંછી ઉતરે છે.

૬–નાગરવેલના બે પાન લઇ તેમા ચપટી ચપટી મીઠું નાખી ચાવી જવાથી વિંછી ઉતરે છે.

૭–ધંતુરાના પાનનો રસ ડંખ ઉપર ચોપડવાથી અને તેના પાનની લુગદી બાંધવાથી વેદના મટે છે

૮–ડંખ ઉપર મધ ઘસવાથી ફાયદો થાય છે.

૯–પાકા કેળાની લુગદી કરી ડંખ ઉપર બાંધવાથી સારો ફાયદો થાય છે.

૧૦–જાંબુડાના પાન વાટી લુગદી બાંધવાથી ઝેર ઉતરે છે.

૧૧–આબલીના કચુકાને ઘસીને ધોળો થાય ત્યારે ડંખ ઉપર ચોડી દેવો, એટલે તે ઝેર ચૂસી ખરી પડશે.

૧૨–તુલસીના પાન ચાવી કાનમા ફુંકવાથી વિંછી ઉતરશે.

૧૩–પાશેર પાણીમા ત્રણેક તોલા મીઠું વાટીને નાખવું અને પછી ખૂબ હલાવીને કપડાવતી પાણી ગાળી લઈ તે પાણી શીશીમા ભરી

રાખવુ વિંછીના ડંખપર આ પાણીમા રૂનુ પોલિયુ ભિંજવીને મૂકી દેવુ તથા વિંછી ચઢ્યો હોય ત્યાસુધી એજ પાણી ચોપડીને જમણા હાથે ઉપરથી નીચેની બાજુ તરફ જરા ભાર દઇને ઘસવુ તથા થોડુંક ૩ શીશીના પાણીમા પલાળીને વિંછી જે બાજુ કરડ્યો હોય તેની સામેની બાજુના નસ્કોરામા જોરથી તેમાનું પાણી સુઘાડવુ તથા એજ (ઉલટી બાજુના) કાનમા પણ એ શીશીમાનું પાણી થોડુક નાખવું.

૧૪-ઠીકરામા થોડા અગારા મૂકી તેના ઉપર હળદરની ભૂકી ભભરાવીને તેનો ધૂમાડો કરડેલા અગની સામેના નસ્કોરામા લેવરાવવો.

૫૩-ગુગળના ધૂપનો મહિમા

(લેખક-માસ્તર કાળીદાસ રાજાભાઈ બગસરાકર 'ગુજરાતી કેસરી')

જે સ્થળની હવા જરા પણ બગડેલી માલૂમ પડે અને જ્યારે ચેપી રોગોનુ જોર વધતા પ્રમાણમા આવે, ત્યારે વિદ્વાનો હવનહોમ કરવા ભલામણો કરે છે. આથી વાતાવરણ શુદ્ધ થઈ ચેપી રોગના પરમાણુઓ નષ્ટ થઇ ઘણી વખતે રોગનાશક હુમલાઓ તરત બંધ થતા જોવામા આવેલ છે. જે ઘરમા "વૈશ્વદેવ" યજ્ઞ નિયમિત થાય છે, તે ઘરના લોકોમા કોઇ પણ ચેપીરોગ લાગુ પડવાનો ભય રહેતો નથી. સુગંધિત દ્રવ્યોના ધૂપથી વાતાવરણ શુદ્ધ થઇ તે મનુષ્યોને નિરોગી અને બળવાન તેમજ સુખી રાખે છે. વિશેષે કરીને ગુગળનો ધૂપ વાતાવરણને એકદમ સુધારે છે, કારણ કે ગુગળ જંતુઓનો નાશકર્તા છે ગુગળના ધૂપસંબંધે અથર્વવેદના કાંડ ૧૯ ના મંત્ર ૩૮મા લખેલુ છે કે-

न तं यक्ष्मा अवरून्धत नैन शपथो अश्नुत ।
यं भेपजस्य गुग्गलो: सुरभिर्गन्धोऽश्नुत ॥

ગુગળ સુગંધિત વાસ ફેલાવે છે, તેથી યક્ષ્મા, ક્ષય વગેરે વ્યાધિઓ પીડા કરી શકતા નથી વળી શપથ (શાપ) કે કોઇની બદદુઆ કે કોઇનુ મારણ-મોહન, ઉચ્ચાટન અથવા મંત્રતંત્ર ગુગળનો ધૂપ લેનારને સતાવી શકતા નથી. વળી આર્યવૈદ્યક ગ્રંથમા લખ્યું છે કે:—

क्रमिपातभयाच्चापि, धूपयेत् सरलादिभिरिति।
सरलागुरुगुग्गुलुभिरितिचिकित्सारसंग्रहे चक्रे वा॥

ગુગળના ધૂપમાં જતુનાશક અજબ શક્તિ રહેલી છે. વળી તે શરીરમા પ્રવિષ્ટ થયેલ જંતુને નષ્ટ કરી રોગીનો રોગ દૂર કરે છે. આજકાલ ભારતવર્ષમા શ્વાસમાર્ગના અને ક્ષયના રોગની દોડાદોડી છે, તેનુ ખાસ કારણ એ જોવામા આવે છે કે, આપણે આપણા પૂર્વજ ઋષિમુનિઓની બતાવેલી પ્રણાલીને વિસરતા જઇએ છીએ, જેથી તેટલા પ્રમાણમા નવા નવા રોગ શિરપર વહોરીએ છીએ. ગુગળના ધૂપથી ક્ષય આદિ સક્રામક રોગોનો પજો દૂર થાય છે વળી જે સ્થળમા એવા સુગધિત દ્રવ્યોના ધૂપધૂમાડા થાય છે, ત્યા દેવતાઓનો વાસ થાય છે. વળી વાતાવરણ શુદ્ધ થઈ આનદનું સ્થળ બને છે જ્યાનું વાતાવરણ શુદ્ધ અને આનદમય ત્યાની જીવનપળો વૃદ્ધિ પામતી જાય છે. જ્યાનુ વાનાવરણ નબળુ અને મેલુ દુર્ગંધયુક્ત તેની જીવનપળો આયુષ્યને વધતા અટકાવનાર છે. વાયુ શુદ્ધ થવાથી તે દીર્ઘ જીવન બક્ષે છે બિમાર માણસને સવાર–સાજ ગુગળની સુગધિત ધૂણીનો લાભ દેવાથી તેનો રોગ ટુક મુદ્દતમા દૂર થઇ તદુરસ્તી પ્રાપ્ત કરાવે છે. વિશેષે આ ધૂપ ચેપી રોગના જંતુઓનો જલદી નાશ કરે છે, જેથી જે જે સ્થળમા ચેપી રોગના હુમલાઓ થતા જોવામા આવે ત્યા ગુગળની ધૂણી બેશક લાભકારી થશે વળી પ્લેગ, કૉલેરા વગેરે દર્દ લાગુ થયેલા દર્દીને તપાસવા જતા ચેપી રોગના હુમલાની ચિતા રહે છે, તે ગુગળના ઉમદા ધૂપથી દૂર થાય છે તે અમોએ અનુભવી ખાત્રી કરી છે વળી ગુગળનો ધૂપ કેટલાક રોગોમા દવાની પેઠે ફાયદાકારક જોવામા આવેલ છે સળેખમ અને ખાસીમા ગુગળનો ધૂપ લેવાથી ફાયદો દેખાયો છે. ઇન્ફ્લ્યુએન્ઝાના ભારે હુમલા વખતે ગુગળનો ધૂપ મુખમા લેતા તે રોગનું દર્દ મોળુ દેખાયુ હતુ. ગુગળનો ધૂપ તમાકુની પેઠે પીતા શરૂ થતા ક્ષયનો રોગ તથા શીત, દમ, ખાસી, હેડકી, સળેખમ વગેરે દૂર થાય છે. વૈદકશાસ્ત્રમા અનેક સ્થળે ગુગળનુ ધૂમ્ર-

પાન કરવા જણાવે છે. તેમા સીમમ, દેવદાર, ગુગળ, ચદન, દેવચંદન આદિ સુગધિત વસ્તુઓનો ધૂપ કીટાદિને હણે છે અને ચેપી રોગના દર્દીને બચાવે છે. ક્ષયમા કેટલાક ધૂપો ઉપયોગી માલૂમ પડયા છે. તે ધૂપથી રોગના હુમલા શાંત થતા જોવામા આવ્યા છે. સુગધિત દ્રવ્યોની પેઠે તુલસી, ડમરો, ચંદન, દેવચંદન વગેરેના વૃક્ષો પણ વાતાવરણને સુધારનારા માલૂમ પડયા છે, માટે આર્યબધુઓએ ધૂપના મહિમાને નહિ વિસારતા ધૂપપ્રણાલી જે મદ થતી ચાલી જાય છે, તેને પુનઃ સતેજ કરવાની જરૂર છે પ્રત્યેક આર્યબંધુના ગૃહમા ઉમદા ધૂપો થવાથી દેવોનો વાસ થઇ મનમાન્યા આશીર્વાદો મળ્યા કરશે. વળી વાતાવરણના સુધારાથી મગજમા ઉમદા વિચારો ઉત્પન્ન થઇ રોગો દૂર થઇ સુખમા સર્વદા વૃદ્ધિ થશે.

(ગુગળની માફકજ લોબાનનો ધૂપ ન્યુમોનિયાનો ચોક્કસ ઉપાય છે. ડૉકટરો ન્યુમોનિયામા લોબાનનો ધૂપ વિલાયતી રીતે આપે છે. 'ન્યુમોનિયાકેટલ' મા ટીકચરબેન્ઝોઇની કપાઊિડ નાખી તેની વરાળ નળીવાટે ન્યુમોનિયાના દરદીના નાક આગળ છોડવામા આવે છે. આ દવા અગ્રેજી નામની છે, પણ એમા લોબાનજ મુખ્ય વસ્તુ છે અને તેની મીઠી સુગધનોજ ગુણ છે. વેપાર પોતાના હાથમા રાખવામાટે અગ્રેજી નામે અને દારૂમા ભેળવીને, લોબાનજ વેચાય છે. ડૉકટર જો લોબાનનોજ ધૂપ કરવા કહે તો કદાચ લોકો એમ પણ ધારે કે એ તો સાધારણ ચીજ છે, એમા શુ ? પણ મોટુ નામ ખીસ્સા ખાલી કરાવે તે માનવુ અને સાદી સમજણની વાત ન માનવી, એ બુદ્ધિની વિરુદ્ધની વાત છે. ઘરમા આટલા માટેજ રોજ અગ્નિહોત્ર કરવાનુ શાસ્ત્રકારોએ ફરજીઆત ઠરાવ્યું છે.

૫૪–રાઈમીઠાની મહત્તા

(લેખક–મોહનલાલ માણેકલાલ ઝવેરી 'ગુજરાતી' તા. ૨૩–૧૧–૨૪)

મીયાભાઇઓ કહે છે કે–"ઘરકી મુરઘી દાલ બરાબર" તેમ ચુના જેવીજ બીજી ઘણી ચીજો વધુ આદરણીય હોવા છતા ઓછી આદર-

પાત્ર થઇ છે અને તેમાની એક "નજર ઉતારવાનાં રાઇમીઠાં" પણ છે.

"નજર ઉતારવાનાં રાઈમીઠાં"નું નામ વાચીને હું નથી ધારતો કે કોઈપણ વાચક હસ્યા વગર આગળ વધે; પણ ઉપકાર માનો એ જર્મન-અંગ્રેજની મોટીમસ લડાઇનો કે મા-દીકરાની કદીમદીની તકરારો બંધ થઈ અમારા ઘરમા શાંતિનું સામ્રાજ્ય ફેલાયું.

નજર ઉતારવામા રાઇ અને મીઠું બે ચીજ વપરાય છે. ભલી દુવાના અદૃશ્ય ગુણો તો થીયોસોફીસ્ટો જાણે કે એસોટેરીક મંડળ જાણે કે મેન્ટલ ટેલીપથીવાળા વિધુન્માનસશાસ્ત્રીઓ જાણે, પણ મારે તો રાઈમીઠા અગ્નિમા નાખવાના ગુણદોષ જોવા છે. લડાઇમા આ બન્ને ચીજોની ગેસ વપરાઈ છે, એ જાણીને બધાને અજાયબી લાગશે. રાઇની અને મીઠાની ધૂણીના સીસીડરો-લોખંડના નળા ને નળા-ભરી ભરીને જર્મનોએ વાપર્યાં છે અને તે વખતે મને રઘુવંશનો પેલો શ્લોક યાદ આવતો-

संमोहनं नाम सखे ममास्त्रं प्रयोग संहा विभक्तमन्त्रम्।
गांधर्व मादत्स्व यतः प्रयोक्तुर्न चारिहिंसा विजयश्चहस्ते॥

શત્રુની હિંસા કર્યા વગર તેનાપર વિજય મેળવવાનું સંમોહનાસ્ત્ર કાળીદાસે જણાવ્યુ છે, તે આ રાઇમીઠાની ધૂમાડી તો નહિ હોય?

રાઈમીઠાની ધૂમાડીના નળા જર્મનોએ અંગ્રેજો વગેરે (મિત્રરાજ્યો)-પર ઠાલવ્યા, તે કંઇ નજર ઉતારવા માટે નહિ પણ નજર બાધવામાટે-તેમને બેહોશ કરવામાટે, અને વધુ પ્રમાણમા જેને લાગે તેને શારીરિક નુકસાન કરવા માટેજ, પણ આપણને એના નાના પ્રમાણના ગુણોની માહિતી ઘણી ઉપયોગી છે અને તે ડૉક્ટરોએ ભેગી કરી રાખી છે, એટલુ જ નહિ પણ ચિકિત્સામા એ માહિતીનો ઘણો ઉપયોગ હવે કરવામા આવે છે.

મીઠાના પૂજારી આપણા લવણાનંદજી મહારાજ જે મીઠા પાછળ સાધુ બન્યા છે, તેઓએ પણ કદી મીઠાનો આટલો સારો ઉપયોગ બતાવ્યો નથી, કે જેટલો ઘેર ઘેર ડોસીઓ જાણે છે'' મીઠું બાળવાથી ક્લોરીન ગેસ છૂટી પડી હવામા મળે છે એજ હવા શ્વાસમા લેવાય છે. મનુષ્યમાત્રના ગળામા સૌથી વધુ જાતના રોગના જંતુઓ હોય

છે, એ જાણીતું છે અને હવા ત્યા થઇનેજ અંદર જાય છે. જો એમાં ક્લોરીનનો અંશ (ઘણોજ થોડો) હોય તો તે ગળામાંના રોગ જંતુઓને મારી નાખી આપણને તદુરસ્ત રહેવામા મદદ કરે છે. મીઠાની ધૂમાડી ઇન્ફ્લ્યુએન્ઝાની તો એક ઉત્તમમાં ઉત્તમ દવા છે અને મુબઇના એક ઉત્તમોત્તમ રસાયનવિજ્ઞાનશાસ્ત્રી સ્વ પ્રો. ટી. કે. ગજ્જરે "ટર-ક્લોરાઇડ"ની મેળવણી ઇન્ફ્લ્યુએન્ઝાની રામબાણ દવાતરીકે એક કપનીને વેગી તેનો માત્ર નુસ્ખો આપવાના પચાસહજાર રૂપિયા લીધા હતા. લડાઇદરમિયાન પણ જે સોલ્જરોને "ક્લોરીન ગેસ" મીઠાની ધૂમાડી લાગેલી તેમને ઇન્ફ્લ્યુએન્ઝા થનોજ નહિ!! આ તકે મને પચીસેક વર્ષપરની એક વાત યાદ આવે છે, તે પણ આની પુષ્ટિમાં ઉપયોગી છે. મુબઇમા શ્રીગોપાળદાસ તેજપાલ હાઇસ્કૂલથી કાલકાદેવી તરફ જતા અધવચમા એક દવાખાનુ ડૉ. **જગમોહનદાસ છબીલદાસ મરચંટનું** હતુ. અમારા એક સબધીને પ્લેગ થયો ત્યારે તેમની દવા કરવા માડેલી.

તેમણે અમને એક ધૂપ ચાલુ રાખવાનુ કહ્યુ હતુ, તેમા હું ભૂલતો ન હોઉ તો નીચે પ્રમાણેની ચીજો હતી –

હીરાકશી ૧ શેર, નવસાર ૨ શેર, સાધારણ મીઠુ ૩ શેર, ભેગુ વાટી જાડા કપડાપર પાથરી તવાપર મૂકી તવો સઘડીપર ચઢાવી દેવો, એટલે એમાથી ધૂણી નીકળ્યા કરે અને હવા શુદ્ધ થયા કરે આ ધૂપ બળી રહે પછી જે લાલાશ પડતી રાખ રહી જાય તેને પાણીસાથે મેળવી ગાઠપર ચોપડવી.

આ પ્રમાણે કરવાથી દરદીને આરામ થયો હતો. સાથે દવા એજ ડૉક્ટરની ચાલતી, પણ આપણે આ બધામાથી ધૂપની બાબતપર લક્ષ્ય આપવાનુ છે ધૂપમાની ચીજો આયર્ન સલ્ફેઇટ એમોનિયમ ક્લોરાઇડ અને સોડિયમ ક્લોરાઇડમા પણ આપણા પ્રસ્તુત વિષયની મુખ્ય ગેસ ક્લોરીનજ દેખાય છે અને એનોજ ગુણ થતો હોય તેવુ માનવાને કારણ મળે છે. લગાડવામા બાકી રહેલુ આમ આયર્ન ઓક્સાઇડ વગેરે મિક્ષ્ચર ગાઠને બાળીને કાઢી નાખે-કૉટરાઇઝ કરી નાખે, એ હેતુ હોવો જોઇએ એમ હુ ધારૂ છુ.

ઇન્ફ્લ્યુએન્ઝા ઘણો જલદી ફેલાય છે અને ડૉક્ટરો પાસે એનું કોઈ

ખાત્રીભર્યું ઔષધ નથી, પણ ત્રણ કરોડ માણસના જીવ જવા પછી લડાઇએ શીખવ્યું કે, હવામા સહેજ ક્લોરીન મળ્યુ હોય તો ઇન્ફ્લ્યુએન્ઝા નષ્ટ થાય અને દરદીના ઓરડામા થોડુ ક્લોરીન છોડયુ હોય તો ચોવીસ કલાકમા દરદી સાજો થઇ શકે ચેપી રોગ ચાલતા હોય ત્યારે ઇસ્પિતાલો, નાટકશાળા, સ્કુલો, સીનેમા, સભાગૃહો, ઑફિસો વગેરેની હવામા ક્લોરીન છોડવુ જ જોઇએ ક્લોરીનની ટાકી કે સિલિંડર મળે છે, તેમજ છૂટક રંગવાળાને ત્યા બ્લીચીંગ પાઉડર વેચાય છે. એનુ પાણી કરી છાટવાથી ક્લોરીન મેળવાય છે. મીઠુ દેવતાપર નાખો કે ક્લોરીન મળે. મુંબઇ જેવા શહેરના વૉટરવર્ક્સ અને નહાવાના પાણીના તળાવોમા સફાઇમાટે તે વપરાય છે, એથી શુદ્ધ પાણી પીવા મળી શકે જો કે એનાથી કુદરતી પાણીના થાક ઉતારવાના અને રોગ પ્રતિબંધક ગુણો પણ હણાઇ જાય છે, પણ ક્લોરીનથી પાણીમાના રોગજંતુ નષ્ટ થાય છે

ઇ૦ સ૦ ૧૯૧૭મા ફ્રાન્સમા ખૂબ ઇન્ફ્લ્યુએન્ઝા ચાલતો હતો. લશ્કરની છાવણીમા પણ એણે ત્રાસ વર્તાવ્યો હતો. બીજી તરફ લગભગ ઘણા સોલ્જરો ક્લોરીન ગેસથી મરણ પામ્યા હતા; પણ અહી જે ગેસ લાગેલા સોલ્જરો બચી ગયેલા આવ્યા તેમાના એકને ઇન્ફ્લ્યુએન્ઝા લાગુજ પડયો નહિ!! આજ પ્રમાણે ગેસ (ક્લોરીન) લાગેલાઓને કદી બ્રોંકાઇટીસ (ઉધરસ) અને ન્યુમોનીઆ પણ થતો નહિ, તેમજ શ્વાસમાર્ગના કોઇ રોગ થતા નહિ. આ બધાનુ કારણ તપાસતા લડાઇ ખાતાના ડૉક્ટરોને જણાયુ કે, એ તો હવામા સહેજ ક્લોરીન મળેલું હોવાને લીધેજ હતુ, એમા શક નહિ.

હાલમાજ લશ્કરમા શરદીનો રોગ ચાલ્યો હતો અને તેમા ઉધરસ લાગુ પડતી ડૉક્ટરોએ આ જણાતાજ લશ્કરની નજર—રાઇમીઠા—ઉતારવાનુ નક્કી કર્યું! તેમણે એક ઓરડો તૈયાર કર્યો અને પચાસ પચાસ જણને તેમા બેસાડી મીઠાની ધૂમાડી—ક્લોરીન ગેસ—છોડવા માંડી અને બધાને શ્વાસ ચલાવવા હુકમ કર્યો. ચોવીસ કલાકમા તો બધાની દારદી અને ઉધરસ મટી ગયાં!! હવે તો એ સિદ્ધાન્ત થઇ ગયો છે કે,

ક્લોરીન–મીઠાની ધૂમાડી અને બીજી રાઈ વગેરેની ધૂણી ચેપી રોગોના જંતુઓને નષ્ટ કરે છે અને વધતા અટકાવે છે, માટે તેજ વાપરવી રાઇની ધૂણી ક્ષયરોગના નાશનુ કારણ થશે, એમ ખાત્રી થવા માડી છે. ૧૯૧૭ મા ઇપ્રીસમા જર્મનોએ પહેલવહેલી રાઈની ધૂણી વાપરી હતી. આ ધૂણી અપાયલા સિપાઇઓમા જેટલા ક્ષયના દરદી દર હજારે હતા તે કરતા બહારના લશ્કરમા ૧૯૧૮ મા દોઢા દરદી દર હજારે હતા; અને ૧૯૧૯ મા રાઈની ધૂણી ખાધેલા સોલ્જરો કરતા બહારનામા ક્ષય બેવડો હતો, એટલે કે ક્ષયરોગ રાઇની ધૂણી લીધેલાને થતો નહિ અને હોય તો ઘટતો જતો હતો.

લડાઈની છેવટ મિત્રરાજ્યોના રણસગ્રામપરના લશ્કરીઓમાં ક્ષય વધતો જવો જોઇતો હતો; કેમકે ખાવા–પીવા અને સૂવાની કાયમ હાડમારી હતી અને હવા લાગતી, છતા ક્ષય ઘટ્યો !

પાછળથી પ્રયોગો કરતા જણાયું હતું કે રાઈની ધૂણીના એક ટકાના ઇન્જેક્શનથી ક્ષય થતો અટકે છે, તેમજ વધતો પણ અટકે છે.

લડાઇની બીજી લેવીસાઈટ વગેરે ગેસો અને તેના ફાયદાથી આપણને અહી કશુ લાગતુ–વળગતુ નથી, તેથી તેનુ વર્ણન અહી નકામું છે; પણ આટલાજ વર્ણનપરથી ડોશીમાના રાઈમીઠા ઉતારી બાળવાના વહેમનું મૂળ સમજી શકાશે.

અમેરિકામા વૉશિગ્ટનના નેશનલ કેપીટોલમા સીનેટર્સની શરદી મટાડવા માટે કેમીકલ વેલ્ફેર સર્વિસની દેખરેખ નીચે એક ઓરડો ક્લોરીન આપવા માટે રાખ્યો છે અહી શરદી લાગેલા સીનેટરોને એક કલાકસુધી ક્લોરીનવાળી હવામા બેસાડવામા આવે છે અને તેટલામા તેઓ સંપૂર્ણ તદુરસ્ત થઈ જાય છે, પણ કવચિત્ બબ્બે દિવસને અંતરે ત્રણ વાર ક્લોરીન ગેસ લેવી પડે છે, જેથી ઉધરસ અને શરદી બંને મટી જાય છે લડાઇ ન થઇ હોત તો શ્વાસનળીના આ બધા રોગોમાટે રાઇમીઠાની ધૂણી (ક્લોરીન એન્ડ મસ્ટર્ડ ગેસીસ) એટલી ઉપયોગી છે, એ કેમ જણાત ?

શરદી, ન્યુમોનીઆ, ડીફ્થેરીઆ (ગળસુણી), ઉધરસ આદિના જતુ-એ **જીલેટીનપર** ઉછેરીને તેઓને સહેજ ક્લોરીન મેળવેલી હવામા રાખવામા આવ્યા હતા અને નાના જતુઓને જરાએ હરકત ન કરે એટલા પ્રમાણમા ક્લોરીન ગેસ મેળવેલી હવામાં એક કલાક રાખવાથી એ બધા જતુઓ સદતર નષ્ટ થયા હતા.

કેમીકલ વેલ્ફેર સોસાઇટીએ લડાઇ ખાતાના ડૉક્ટરો સાથે મળીને ગેસોના સાધારણ રોગોમા લાભ લેવામાટેના પ્રયોગો શરૂ કર્યા. એક એર-ટાઇટ ઓરડો બાધી તેમા ગેસોદ્વારા પાચથી છ માણસોનો ઇલાજ કરવાનુ ચાલુ કર્યું. શરદી, સળેખમ, નાકમાનો સોજો, ઉધરસ, ઘોડા-ઉધરસ અને ઇન્ફ્લ્યુએન્ઝા વગેરેના દરદીઓને એથી આરામ થવા માડ્યો.

ઘણાખરા દરદીઓને એક વાર ગેસ આપવાથીજ ફાયદો થઇ જતો, કેટલાએકને એકથી વધારે વાર પણ "ધુણાવવા" પડતા; પણ સેકડે ૫ચાણુ, ખાસ કરી શરદીના તો સોએ સો દરદી સુધરીજ જતા. કોઇકજ એવા હઠીલા નીકળતા, જે ગેસથી સુધરતા જણાતા નહોતા.

પણ એ અગવડ પણ અનુભવાઇ છે કે, ઓરડા બાધવાનું કઇ બધે પરવડે નહિ બીજી કોઈ રીત જોઇએ, તેથી કેમીકલ વેલ્ફેર સર્વિસે નાનુંસરખુ યત્ર બનાવ્યુ છે, જે ડૉક્ટર પોતાના દરદીમાટે ગમે ત્યા પણ વાપરી શકે. આ યત્રમાથી મરજી માફક હવા અને ગેસની મેળવણી છોડાય છે અને હવે વૉશિગ્ટનના કેપીટોલમા સીનેટરો માટે એ યંત્રજ વપરાય છે. ક્લોરીનની ટ્યુબમાથી મીઠાના પાણીમા થઇને ક્લોરીન ગેસ થોડે થોડે વખતે હવામા છૂટ્યા કરે છે અને દરદી શ્વાસ લીધા કરે છે. દર વખતે ૩૦ ક્યુબીક સેન્ટીમીટર ક્લોરીન ગેસ છૂટે છે. માણસના શ્વાસમા **એક લાખ ભાગ હવામાં એક ભાગ ક્લોરીન** મળીને જતી હોય ત્યાસુધી જરાએ અડચણ આવતી નથી. આથી વધારે થતા શ્વાસનળીમા ખવાઈ જવા જેવુ-વવળવા જેવું-થાય છે. ક્લોરીનની જે ટ્યુબો બનાવવામા આવી છે, તેમાથી સાત વખતમાં થઇને દશ ફીટ લાબા, દશ ફીટ પહોળા અને દશ ફીટ

ઉંડા ઓરડામા (દર એક લાખ ભાગે એક ભાગ ક્લોરીન ગેસને હિસાબે) ગેસ પૂરતી થઈ પડે છે. શ્વાસનળીના આખા વિસ્તારપર જે ભીનાશ હોય છે, તેમાજ રોગના જંતુઓ રહે અને ઉછરે છે, અને આ ગેસવાળી હવામા એ ગુણ છે કે, તે એ બધે ઠેકાણે લાગીને બધા પ્રકારના રોગના જંતુઓનો નાશ કરે છે. થોડા દહાડામા એ નવી પદ્ધતિ અહીં પણ પગપેસારો કરશે અને આજ ડૉકટરોને જેમ ઇંજેકશનોના નામે તડાકો પડે છે અને જરૂર કે બીનજરૂરે જેમ ઇંજેકશન દરેક દરદીને બતાવી દેવાગા આવે છે અને હવે દવાના આઠ આના કે બાર આના મોંઘા લાગે છે અને ઇંજેકશનના પાચ દશ કે પચાસ-સાઠ વહાલા લાગે છે, તેમ ગેસીંગનો નવો બજાર ખુલશે' કોઇ રાઇમીઠાં ઉતારવાનુ નહિ કહે, પણ ગેસ લેવાનુજ કહેશે અને શનિ કે રાહુની ઉતરીને ડૉકટરોને શુક્રની દશા બેસશે !!

ગેસની વાત ચાલતા લેવીસાઇટ ગેસપર પણ વિચાર કરવો અસ્થાને નહિ ગણાય "આર્સેનીક" (સોમલ) અને "એસીટીલીન" (કેલ્સ્યમ કારબાઇડની ગેસ) બન્નેના મિશ્રણથી લેવીસાઇટ બને છે; અને મનુષ્યની ચામડીપર માત્ર લાગે એટલામા જીવ લે, એટલા માટે લડાઈમા તે વપરાતી હતી. એક લશ્કરી ડૉકટરે એનાથી ગાડાઓને સાજા કરવાનુ શોધ્યું અને અનેક દરદીઓ સુધાર્યા છે.

૫૫-કચકડાની વસ્તુઓ વાપરવામાં પાપ છે.

કચકડામાટે બિચારા લાખો કાચબાને કેવુ ત્રાસદાયક દુ:ખ દેવામા આવે છે, તેનુ વર્ણન નીચે પ્રમાણે છે-

"રાત્રે માછીમારો કિનારા ઉપર જેમ બને તેમ છુપાઈ રહે છે અને જ્યારે કાચબાઓ પાણીની બહાર નીકળીને જમીન ઉપર આવે છે, ત્યારે તે માછીમારો દોડી જઇને લોઢાના આકડાવતી તેમને ચત્તા કરી નાખે છે અને સવારસુધી એજ સ્થિતિમા રાખે છે. પછી સવાર પડતા તેમને કુદરતી સ્થિતિમા ઉંધા પાડે છે અને ખીલીઓ સાથે તેમને

મજબૂત બાંધે છે. પછી તેમની પીઠપર સૂકા પાંદડા કે ઘાસ પાથરીને સળગાવે છે. ઢાલ (કાચબાની પીઠ) સાધાઓથી છૂટી પડે પણ તે બગડે નહિ એટલી આગ લગાડવામા આવે છે. પછી ઢાલ નીચે એક છરી ઘાલીને આસ્તે આસ્તે કાચબાની પીઠ કાપી જૂદી પાડવામા આવે છે. કોઈ પણ માણસ સહેજે સમજી શકશે કે, એ ક્રિયા ઘણીજ ઘાતકી છે અને ઘણા કાચબાઓ તેથી મરી જાય છે, પરતુ ઘણાખરા તેથી મરતા નથી અને વખત જતા માણસની આગળી ઉપરથી ઉખડેલો નખ પાછો ઉગે તેમ તે કાચબાઓને પણ નવી ઢાલ ઉગે છે."

ઉપર પ્રમાણે જ્યાસુધી બિચારા કાચબાઓ જીવતા રહે અને તેમને ફરી ફરીને ઢાલ આવે, ત્યાસુધી ફરી ફરીને તેમને પકડીને ભયકર દુ:ખ દેવામા આવે છે, માટે દરેક દયાળુ સ્ત્રી–પુરુષની ફરજ છે કે, એવી ક્રૂર રીતે મેળવલી કાચબાની ઢાલ એટલે કચકડાના કરડા, વિંટી, બટન, ઘડીઆળની સાકળી, કાસકી વગેરે વસ્તુઓ વાપરવી જોઈએ નહિ.

૫૬—લાકડાં બાળવાથી થતા ફાયદા

(લેખક:–મોહનલાલ માણેકલાલ ઝવેરી 'ગુજરાતી' તા. ૨૩–૧૧–૨૪)

ઘરમા લાકડા બાળવા બાબતના ગુજરાતીમાના મારા ચર્ચાપત્રનો કોઇએ રસાયનશાસ્ત્રાધારે જવાબ આપવા તસ્દી લીધી નથી મે વધારે તપાસ કરતા મને તો એમા ફાયદાજ જણાતા જાય છે, તેથી એ બાબત વિશેષ લખુ છુ. લાકડાના ધુવાના ગુણોનો સમાવેશ કેટલેક અંશે ધુપેલવાળા લેખમા થઇ ચૂક્યો છે લાકડા બાળવાથી અને ધુપેલ વાપરવાથી તેમજ હવન કરવાથી થોડા થોડા ફેરફાર સાથે સરખાજ ફાયદા છે; એટલે કે મુદ્દો મુખ્યત્વે "ક્રિયેસોટ" ધુવાનોજ જણાય છે. ઔષધિફેરથી અને પ્રક્રિયાફેરથી જૂદા જૂદા ગુણો થાય જેમકે ધુપેલમા બ્રહ્મી વધારે હોય તો અપસ્મારાદિ જ્ઞાનતંતુના રોગોને ફાયદો કરે અને બાવચી હોય તો કુષ્ઠાદિ ત્વગ્રોગો–ત્વચા–ચામડીના રોગોને ફાયદો કરે. હવનનુ પણ તેમજ સમજવુ.

લાકડા બાળનારના ઘરમા બાધકામમા વાપરેલા લાકડાને ઉધઇ લાગતી નથી, તેમજ બામ્બુ–વાસ જે બહુજ જલદી સડી જાય તે પણ પચાસ વર્ષસુધી સડી જતા નથી, એ એક અમેરિકન ઇજીનિયર જીમનટારીઝ અગાઉ જણાવી ચૂકયો છે. લાકડાંનો ધૂમાડો દાઢપર લાગવાથી તે દુખતી મટે છે અને લાકડાના ચુવાથી દાત હાલતા મટી, પાયરિયા જેવા દરદો સારા થાય છે, એમ અનુભવી વૈદ્યથી સાંભળ્યું છે. લાકડાનો ચુવો રેલ્વે સ્લીપર પર લગાડવાથી મચ્છરો તેનાથી દૂર ભાગે છે, અને તે પરથી કેટલાક ડૉકટરોએ નમુનાતરીકે પચીસ ઘરને લાકડાનો ચુવો (ક્રિયોસોટ) લગાડીને અનુભવ લીધો તો જણાયું કે, મેલેરીઆના કે કોઇ પણ મચ્છરો એ ઘરની સામે નજરસરખી કરતા નહોતા ! લાકડાના ચુવાને (વુડક્રિયોસોટ) કડછી કે વાડકીમા નાખી સઘડીપર મૂકીને ધૂમાડી ઓરડામા ભરાવા દેવાથી અને ધુણી લેવાથી અસ્થમા–દમને ઘણો ફાયદો કરે છે, ઘોડાઉવરસ– (વ્હુપીગ કફ)ને મટાડે છે અને સળેખમને ઘણો ફાયદો કરે છે. 'મ્યુકસ મેમ્બ્રન્સ' એટલે કે શરીરની અદરના અસ્તરને એથી ઘણો લાભ છે; અને "બીચવુડ" નો ચુવો (બીચવુડ ક્રિયોસોટ) તો ડૉકટરો આજ પણ ક્ષય માટે ખૂબ વાપરે છે. લાકડકામને તેલનો રગ લગાડવાથી તે અદરનું અદર ઉલટુ કોહી જવા સભવ છે, એ બાબત દાખલાદલીલ સાથે–ચિત્રો સાથે સાયટિસ્ટો–વૈજ્ઞાનિકોએ સમજાવી છે, પણ ક્રિયોસોટથી સોએ સો ટકા રક્ષણ થાય છે,' એ તો કોઇ પણ રેલ્વેની સ્લીપર બાબત તપાસ કરતા જણાશે રેલ્વેવાળા ક્રિયોસોટેડ સ્લીપર્સજ વાપરે છે અને તેથી વરસાદના પાણીમા પડી રહેવા છતા ને જમીનમા રહેવા છતા તે સડતી નથી કે તેને ઉધઇ લાગતી નથી.

અહી ધ્યાનમા રાખવાનુ છે કે, ક્રિયોસોટ–ચુવો બે જાતનો આવે છે. લાકડાનો અને કોલસાનો. આપણને લાકડાનાજ ચુવાની સાથે મતલબ છે "મર્કસ મેન્યુઅલ ઑફ મૅટીરીઆ મેડીકા"મા ત્રીસમે પાને લખ્યુ છે કે, વિલાયતી કોલસા બાળવાથી જે ધૂમાડો નીકળે અને

તેમા જે ધુવેા ઉડે તે ઝેરી છે, તેથી એ કેાલસા ઘરમા બાળવા જેવા ગણાય નહિ. લાકડાનુ તેમ નથી; અને મારે માત્ર લાકડાનાજ ધુવા સાથે સબધ છે. લાકડાના ધુવાના ગુણની એક ચમત્કારિક વાત "એાટાેક્રેટ એટ ધી બ્રેકફાસ્ટ ટેબલ" નામના પુસ્તકમા તેના કર્તા હાર્વર્ડ મેડીકલ કૉલેજના પ્રૉફેસરે લખી છે તે કહે છે કે, એક સ્વયંભૂ ડૉકટરે એક વખત એક અમૃત શેાધી કાઢયુ જૂદી જૂદી વનસ્પતિઓ દવાતરીકે વાપરવી તે કરતા બધી જાતની વનસ્પતિઓના ધુવાનુ પાણીજ વાપરવુ, એટલે બધી દવાનેા અર્ક આવ્યેા અને બધા રેાગ તેનાથી મટેજ મટે! એવેા તેણે નવેા સિદ્ધાત કાઢયો! અને તે ખરેજ ગુણકારી નિવડયેા. લાકડાના ધુવાનુ નવ્વાણુ ભાગ પાણીમા એક ભાગનુ મિશ્રણ કરીને તે તેણે બધાને ઠેાકવા માડયુ!! તે એટલે સુધી કે ક્ષયવાળાને પીવામા અને છાતીએ ચેાળવામા પણ એજ અને ખરજવા કે દાદરપર લગાડવા પણ એજ અને તેનાથી બધાને ફાયદેા થવા માડયો. મેાટા મેાટા રાજા–રજવાડા પણ તેને બેાલાવવા મડયા પછી ડૉકટરેાએ તેને પૂછયુ તેા જણાવ્યુ કે, એ તેા ક્રિયેાસેાટનુ પાણી હતુ. આના ગુણ આટલા બધા હશે એમ પૂર્વે ડૉકટરેા નહેાતા જાણતા.*

ક્રિયેાસેાટ, ગ્વાયાકેાલ (ક્ષયની દવામા ગુલાબ જેવી વાસનેા વપરાતેા પાઉડર) અને ક્રિસેાલનુ બનેલુ છે અને લાકડાના ધુવામાથી નીકળે છે. કાર્બોનિક એસીડથી ક્રિયેાસેાટ દરેક પ્રકારે સારૂ છે.

આ બધું લાકડા બાળવાની અને લાકડા ન બાળેા તેા હવન કરવાની પુષ્ટિ કરનારૂ છે. હવનના બીજા ઘણા ઘણા ફાયદાઓ છે, પણ સમિધ અને લાકડા બળે તેટલેાજ ગુણ ગણીએ તેાએ ઘણુ છે વર્ષો-સુધી આ લેખકે રેાજ જે હવનમંત્રેા જપ્યા છે, તેનેા અર્થ હવે સમજાય છે, ત્યારે આદરભાવ આવે છે અને આનંદ થાય છે. એ મંત્રેા આ પ્રમાણે.—

उद्बुध्यस्वाग्ने प्रतिजागृहि त्वमिष्टापूर्ते सꣳसृजेथा मय च ।

* આ પછી બે નાના પેરા અગ્રેજી લિપિમા હેાઈ તે ભાષાના વાચક માટેજ કામના હતા, એટલે તે અહી લીધા નથી સંપાદક

अस्मिन्सधस्थे अध्युत्तरस्मिन्विश्वेदेवा यजमानश्च सीदत । અને **अयं त इध्म आत्मा जातवेदस्तेनेध्यस्व वर्धस्व चेद्ध वर्धय । चास्मान्प्रजया पशुभिर्ब्रह्मवर्चसेनान्नाद्येन समेधय स्वाहा ॥**

આમા જાતવેદ અગ્નિને પ્રાર્થીને કહ્યુ છે કે, તુ વધ અને અમને વધાર-પશુ, બ્રહ્મવર્ચસ્, અન્ન વગેરેથી વૈજ્ઞાનિક દૃષ્ટિથી હવનનુ ગુણ-વર્ણન 'આર્યજીવન'મા શ્રી. રામશરણદાસ સકસેના એમ. એસ. સી. એ કર્યુ હતુ. તેમા બીજા પણ મત્રો આપીને અગ્નિથી સો વર્ષના આયુષ્યની પણ માગણી બતાવી હતી હવનમા મુખ્યત્વે ઘી, ઔષધિઓ, અન્ન અને સુગધી પદાર્થો તથા સાકર વપરાય છે. તેના ગુણ બાબત તેમના લેખમાથી નીચેના ટાચણો લીધા છે'—

"મદ્રાસના સેનેટરી કમિશ્નર કર્નલ કીગ આઇ. એમ. એસ. એ ૨૫ મી માર્ચ સને ૧૮૯૮ એ ગ્રેજ્યુએટ વિદ્યાર્થીઓને ઘી, કેસર તથા ચોખા મેળવીને બાળવાનો ઉપદેશ કર્યો હતો.. પ્લેગ વગેરેના જીવાણુઓ આ ચીજો બાળવાથી ઉત્પન્ન થતી ગેસોની હસ્તીમા નષ્ટ થાય છે હૈનકિને પોતાની "બ્યૂઓનિક પ્લેગ" નામની ચોપડીમા એ વ્યાખ્યાનનુ વર્ણન કર્યુ છે. ફ્રાસના ડૉ૦ હાફકીનની પણ સમતિ છે કે, ઘીને બાળવાથી જે ધૂમાડી ઉત્પન્ન થાય છે, તે હાનિકારક જીવાણુઓનો નાશ કરે છે ડૉ૦ ટ્રિલવર્ટે બળતી સાકર ઉપર પરીક્ષા કરીને બતાવ્યુ કે, સાકરને બાળવાથી જે બાષ્પ ઉત્પન્ન થાય છે, તેમા ફોર્મેલ્ડીહાઇડનું વધારે પ્રમાણ હોય છે. તેનાથી ક્ષયરોગ, શીળી, કૉલેરા વગેરેના જીવાણુ નષ્ટ થાય છે હવનદ્રવ્યમા જે એરોમેટીક્સ-સુગંધી દ્રવ્ય આવે છે, તેમાના વોલટાઇલ ઑઇલ્સ-ગરમીથી વરાળરૂપ થઇ જનારા તેલો જબરા જતુનાશક (જર્મીસાઇડિસ) છે." શ્રી. સકસેના માને છે કે, હવનથી ઉત્પન થતી ધૂમાડીમા એલ્ડીહાઇડ્સ, ફીનોલ્સ, ક્રિયોસોટસ, ટર્પેન્સ અને સાઇક્લિક કોમ્પાઉડન્સ હોય છે આ બધુ એમણે પ્રયોગોથી સિદ્ધ કર્યુ છે અને એ પ્રયોગો વાચવા જેવા હોવા છતા વિસ્તારભયથી અહી ઉતારી લીધા નથી.

એક પ્રયેાગ એમણે એ પણ કર્યો હતો કે, હવનની ધૂમાડી નળીવાટે પાણીમા દાખલ કરીને તે પાણીથી એક હૉસ્પિટલમા જખમેા ધેાવડાવ્યા અને તે પ્રયેાગમા એમ જણાયુ કે, એ પાણી સારા એન્ટીસેપ્ટિક લેાશનની ગરજ સારતુ હતુ.

આ ઉપરથી એમ જણાય છે કે, પૂર્વજો સ્વતત્રતાના વધુ ઉપાસક હતા. ખાવા–પીવામા, હુન્નર–ઉદ્યોગમા તેમજ સ્વાસ્થ્યમા પણ તેઓ મ્યુનિસિપાલિટીને ભરેાસે રહેતા નહિ. ગ્રામ્ય ઉદ્યોગેાની માફકજ જનસુખાકારીનું પણ સ્વાતત્ર્ય રાખ્યું હતુ અને તેમા પહેલી સહીસલામતીનેા નિયમ રાખેલેા જણાય છે

લાકડા બાળવા કે નહિ તેનેા નિર્ણય આટલાપરથીજ થઇ જશે. જેમને લાકડા બાળવા પસંદ ન હેાય તેમણે હવન તેા જરૂર કરવેાજ જોઇએ. મુબઇગરાઓએ તેા જરૂર ડૉકટરના પજામાથી છૂટવા સારૂ દરરેાજ હવન કરવેા જોઇએ.

यज्ञशिष्टाशिनः संतो मुच्यंते सर्वकिल्बिषैः ।
भुंजते ते त्वघं पापा ये पचंत्यात्मकारणात् ॥

૫૭–ગૌચર કે ગૌચરણ

(લેખકઃ–ડૉ. મેાતીરામ હરિશંકર ભટ્ટ 'ગુજરાતી' તા. ૨૩–૧૧–૨૪)

ઢેારને ચરવાની સાર્વજનિક પડતર જમીન

દિલગીરીની વાત એ છે કે, આજકાલ દિવસે દિવસે ગૌચરણ બહુ ઓછા થતા જાય છે. સરકાર આવક વધારવાના હેતુથી પડતર જમીન હરાજ કરે છે અને દીર્ઘદૃષ્ટિથી નહિ વિચારનારા ખેડુતેા ઉત્સાહથી તેને ખરીદે છે. આથી સરકારને જાથુનેા ને જમીન રાખનારને તાત્કાલિક લાભ થતેા હશે, પણ પરિણામે અનેકને નુકસાન થાય છે.

પૂર્વે રાજ્યસત્તાનેા એ ધર્મ ગણાતેા હતેા કે, જે ગામમા જેટલા ઢેાર હેાય, તેટલા ઢેારને આખું વર્ષ ચાલે એટલી જમીન ગૌચરણમાટે અલગ રાખવી. ગાયેા અને ભેસેા આખેા દિવસ સ્વતંત્ર રીતે ખુલ્લી જગ્યામા

ચરવાથી હૃષ્ટપુષ્ટ રહેતી, પુષ્કળ દૂધ અને બચ્ચા આપતી, ગરીબ લોકો પણ દૂધ, છાશ ને ઘીનો ઉપયોગ કરી શકતા અને કલ્લોલ કરતાં

પૂર્વે એક ગાય ઘેર રાખવાનુ માસિક ખર્ચ માત્ર એકાદ રૂપિયો થતું. "એકનો ગોવાળ ને સોનો ગોવાળ" એ કહેવત પ્રમાણે માસિક બે આનામા ગામનો ગોવાળીઓ એક ગાયને આખો મહિનો ચરાવતો. હિંદુ રિવાજ પ્રમાણે ભોજન વખતે જે ગવાનક કાઢવામા આવતુ, તેથી ગાયને પુષ્ટિકારક ખોરાક મળી રહેતો આવી સરળતા હોવાને લીધે દરેક બિનખેડુત ગૃહસ્થને ઘેર પણ એકેક ગાયનું પોષણ થતુ અને વાછરડા થતા તે જુજ કિમતે ખેડુતોને મળતા, જેથી અત્યારે બળદની જે તાણ ખેડુતોને પડે છે તે પડતી નહોતી. દૂધની એટલી છત હતી કે, "દૂધ વેચવુ ને દીકરો વેચવો" એ કહેવત પ્રમાણે વેચાતુ દૂધ આપવામા લોકો પાપ સમજતા. દરેકને ઘેર ગાય હોવાથી હાલની માફક ઠામઠામ દૂધની દુકાનોની જરૂર નહોતી. ગાય નહિ પાળી શકે તેને જોઇતુ દૂધ વિનામૂલ્યે મળી રહેતુ.

અત્યારે ચોખ્ખુ દૂધ મેળવવુ હોય તો ઘેર ગાય કે ભેંસ પાળવી જોઇએ અને એવુ એક જાનવર પાલવવાનો ખર્ચ હાલની ઘાસચારાની મોંઘવારીમા માસિક દશબાર રૂપીઆ થતો હોવાથી ખેડૂતવર્ગ સિવાય બીજા માણસને ઘેર ઢોર પાળવાનુ પરવડતુ નથી.

દેશની આબાદાનીનો આધાર તેમા વસતા સ્ત્રી–પુરુષોની તંદુરસ્તી ઉપર રહે છે. એ તંદુરસ્તીનો મુખ્ય આધાર સમાજને ચોખ્ખા અને પૂરતા પ્રમાણમા મળતા ઘી, દૂધ વગેરેપર હોય છે. ઘી, દૂધ વગેરે પુષ્કળ મળે એ માટે દૂધાળા ઢોરની સંખ્યા વધવી જોઇએ. એ સંખ્યા ત્યારેજ વધે કે જ્યારે દરેક ખેડુત યા બિનખેડુત ઓછામા ઓછી એક ગાય–ભેંસનુ પોતાને ઘેર પાલન કરી શકે અને એવી સ્થિતિ ઉત્પન્ન કરવા દેશમા ગૌચરણ પુષ્કળ પ્રમાણમા હોવા જોઇએ.

કેટલાક એવો સવાલ ઉઠાવે છે કે, ગૌચરણમાટે પડતર જમીન રાખવાની કાંઈ જરૂર નથી, કારણ એવી પડતર જમીનમા તો માત્ર

ઘાસજ ઉગે, જ્યારે એ જમીન ખેડાવી તેમા જુવાર, બાજરી વગેરેનું વાવેતર કરવામા આવે તો ઢોરને માટે ઘાસચારો ને માણસમાટે અનાજ બેઉ એકીવખતે પેદા કરી શકાય. ઉપલક દૃષ્ટિથી જોતા આ દલીલ વ્યાજબી લાગશે, પણ ગામડામા ફરી જેઓ ખેડુત ને ઢોરની હાલની ને ભૂતકાળની સ્થિતિનો મુકાબલો કરી જુએ છે, તેને આવી દલીલ પોકળ જણાયાવિના નહિ રહે. મે એવા ખેડુતો જોયા છે, કે જેઓ કપાસના મોઘા ભાવ લઇ પૈસાદાર થવાના લોભસા બધી જમીનમા કપાસનુ વાવેતર કરી ઢોરનુ ગુજરાન પરદેશી ઘાસની બરકી ઉપર ચલાવે છે !!! બીજી રીતે વિચાર કરીએ તો ગૌચરની તગાશને લીધે ઢોર પાળવાનો ખર્ચ વધારે આવતો હોવાથી ખેડુતસિવાય બીજા લોકો ઢોર પાળી શકતા નથી, જેથી ખેડુતવર્ગ ઉપર સમાજને અન્નવસ્ત્ર પૂરૂ પાડવાના બોજા ઉપરાત જનસમાજને ઘી–દૂધ પૂરૂ પાડવાનો પણ બોજો રહે છે. ગૌચરણ વધારે હોય, ને ઘાસચારો સસ્તો હોય તો બિનખેડુત પોતાને જોઇતા ઘી–દૂધનો બદોબસ્ત ઘેર દૂઝણા ઢોર રાખી ઓછા ખર્ચે કરી લેવા લલચાય, વાછરડા થાય તે ખેડુતોને જુજ કિમતે મળે અને પરિણામે ખેડુતને સસ્તા બળદો પૂરા પાડવાના સાધનરૂપ બને.

જે જમાનામા ગૌચરણમાટે એકદર જમીનનો ચોક્કસ ભાગ રાજાઓ ફરજીઆત રીતે અલગ કાઢી આપતા, ઋષિમુનિઓ આવા ગૌચરણ ઉપર હજારો ગાયોનુ પોષણ કરતા, એ ગાયોના દૂધથી હજારો બાળકો જગલમા પોષાઈ, હૃષ્ટપુષ્ટ બની બ્રહ્મચર્ય પાળી વિદ્યાભ્યાસ કરતા તે વિદ્યાર્થીઓ સાથે, આજના જમાનામા ન્હાની સાથે જેને માત્ર એક બે તોલા દૂધ (અને તે પણ ભેળસેળવાળુ) આખા દિવસમા મળતુ હોય તેવા સત્ત્વહીન, ઉડી આખ, ધોળા વાળ ને બેસી ગયેલા ગાલવાળા વિદ્યાર્થીઓને સરખાવો ! મનમાન્યુ ઘાસ આખો દિવસ જગલમા સ્વતત્ર રીતે ચરતા ઢોરની તદુરસ્તી સાથે ઘેર બાધી મૂકેલા ઢોરની તદુરસ્તી સરખાવો ! જે જમાનામા ઘાસનો ભાવ એક રૂપીઆનું આઠ મણનો હતો અને ગાય, બળદ કે ભેંસની કિમત

રૂ. ૨૦ થી ૫૦ હતી, તે જમાના સાથે હાલનો જમાનો કે જેમા એક રૂપીએ મણ ઘાસ મળે છે, છાશને વારે દુષ્કાળ પડે છે અને એક ઢોરની કિંમત રૂ. ૧૦૦ થી ૪૦૦ સુધી થાય છે તે સરખાવો; એટલે ગૌચરની ખરી જરૂરિયાત આપના ધ્યાનમા સહજ આવશે.

દરેક ગામના આગેવાનોને મારી પ્રાર્થના છે કે, પોતાની વસ્તીના પ્રમાણમા જેટલા દૂધાળા જાનવરનુ પોષણ થાય તેટલી ગૌચરની જમીન અલગ રાખવી. અત્યારે ભાગ્યેજ એવુ કોઇ ગામ હોય છે, કે તે ગામને પેટે તેજ ગામના ઢોરનુ પોષણ થાય એટલું ગૌચર હોય. કેટલાક ગામમા તો નબળામા નબળી જમીનજ ગૌચર માટે રાખેલી હોય છે. સરકારની સહાય ન મળે તો તો ગામના મોટા ખેડુતોની ઉત્તરક્રિયાનિમિત્તે જે દાન કરવામા આવે છે, તેમા ગૌચરને માટે અમુક જમીન મળે એવી યોજના કરવી. ગૌચરની જમીન કોઈએ ખેડવા રાખવી નહિ. આવી જમીન ખેડવામા આપણા પૂર્વજો પાપ સમજતા. જે ગૌમાતા ખેતીને માટે બળદ પૂરા પાડે છે, તેને સ્વતંત્ર ચરવામાટે કાળજી ન રાખવી, એ આપણા કલ્પવૃક્ષના મૂળ છેદવા બરાબર છે, એમ સમજી ગૌચરણમા જરૂર જેટલો વધારો કરવા બનતા પ્રયાસ કરવા. ગૌચરણની જમીન જેમ જેમ વધતી જાય, તેમ તેમ દરેક ગૃહસ્થે પોતાને ઘેર એકેક ગાય પાળવી. ગાયને પાળીએ ને તેને વાછરડા આવે તો તે વાછરડા એટલે કે ગાયના જણ્યાને બળદ કરવામા પાપ છે, એવુ સમજી ગાયને પાળવામા વાંધો બનાવનારા હિંદુઓ પણ મારા જોવામા આવ્યા છે ! ધર્મનો આ કેવો વિપરીતાર્થ ! ! આવા અજ્ઞાનને લીધેજ જ્યા હજારો બળદ દર વર્ષે બીજા દેશોને માટે ફાજલ પાડી શકાતા; તે ગુજરાતમા અત્યારે દર વર્ષે હજારોની સખ્યામા સિંધ ને માળવા તરફથી બળદો આવે છે અને હજી પણ આપણે નહિ ચેતીએ, તો જેવી રીતે દર વર્ષે હજારો ઘોડા પરદેશથી મંગાવવા પડે છે, તેવી રીતે એક એવો પણ વખત આવશે કે આપણી ખેતીનો આધાર પરદેશથી આવતા બળદ ઉપર

રહેશે. જાનવરની ઓલાદ સુધારવા માટે થોડા વર્ષપર દક્ષિણ અમેરિકામાં બ્રાઝીલમાટે આપણા દેશમાથી હજારો ઉત્તમ જાતના સાઢ ને ગાયો લઈ જવામાં આવ્યા; જ્યારે આપણુ આ બાબતમા લક્ષ્ય નહિ હોવાથી ઢોરની સારામા સારી ઓલાદ દેશમાથી નાબૂદ થવા માડી છે. પ્રભુ આપણને કર્તવ્યબુદ્ધિ આપો.

૫૮–લાખો જુવાન સ્ત્રીઓનાં ખૂન

(લેખક.–લાભશંકર લક્ષ્મીદાસ; 'ગુજરાતી' તા. ૨૧–૨–૨૬)

સાહેબ! છોકરીઓને સેાળ વર્ષની ઉમરે પરણાવવા સબધી હિંદુ મહાસભાએ ઠરાવ પસાર કર્યો છે, તેના ટેકામા નીચેની હકીકત લખવાની રજા લઉ છુ.

નાની ઉંમરની સ્ત્રી સાથે સંબંધ કરવાના રિવાજને પરિણામે આ દેશમાં પંદર વર્ષથી વધારે ઉમરની છોકરીઓનુ મરણપ્રમાણ ઘણુ વધી જાય છે, એવી ફરિયાદ તા૦ ૧–૪–૨૫ના 'ન્યૂ ઇંડિયા'મા પ્રસિદ્ધ થઇ હતી.

નાની ઉમરે સાસરે મોકલેલી સખ્યાબધ જુવાન છોકરીઓ ક્ષય વગેરે નબળાઇના દરદોથી પીડાઇને આશરે વીસ વર્ષની ઉમરે અને ઘણા કેસોમા તો તેથી પણ ઓછી ઉમરે ભરજુવાનીમા મરી ગયેલી હુ પોતે જાણું છુ.

આ લોક–પરલોકમા સુખી થવા ઇચ્છતા વિચારવત પુરુષોએ પોતાની નાની ઉમરની સ્ત્રીઓની તદુરસ્તીનો હમેશા વિચાર કરવો ઘટે છે. તેણીના આશીર્વાદો લેવાને હમેશા આતુર રહેવાથી તથા તેણીના શાપથી ડરવાથી પરમેશ્વર તેવા પુરુષો ઉપર પ્રસન્ન રહે છે.

નાની ઉમરે છોકરીને સાસરે મોકલવાના રિવાજને પરિણામે આ દેશમા છેલ્લા આશરે ત્રીસ વર્ષમા ૩૨,૦૦,૦૦૦ માતાઓ મરણ પામી હતી.

"બોમ્બે ક્રોનિકલ" તા ૨૭–૯–૧૯૨૫

ઉપરની ત્રાસદાયક હકીકતો ધ્યાનમા લઇને પોતાની દીકરીઓને **પંદર વર્ષ પછીની** ઉમરે પરણાવવાનો તમામ વિચારવંત હિંદુ માબાપ ઠરાવ કરે અને તેને પરિણામે લાખો બિચારી છોકરીઓ **જીવતે**

જીવત નરકની' પીડા સહન કરતી બચી જાય એવી મારી પ્રાથના છે.

વાચનાર ! આ અપીલ વાચીને તમે શું કરશો ? લાખો બિચારી છોકરીઓના આશીર્વાદો લેવામાટે ઉપર પ્રમાણે પ્રજામત કેળવવાની મહેરબાની કરશો ?

૫૯–બહેનો ! આ વાત ન ભૂલશો.

('સૌરાષ્ટ્ર' તા. ૬–૯–૨૪, શ્રીમતી 'પાર્વતીદેવી'ના ભાષણમાથી)

મહાભારતમા ગવાયેલો એક સર્વજ્ઞાત કથાપ્રસંગ –

કૌરવોની સાથે દ્યૂતમા હારેલા પાડવોની નજર સામે ભરકૌરવ-સભામા દુશાસને રજસ્વલા દ્રૌપદીના કેશ અને ચીર ખેચ્યા, અને પરાજિત (પણ સત્યપાલક) પાડવોએ એ દારુણ દુરાચાર નમેલે મસ્તકે સહી લીધો. પછી પાડવો પોતાનુ વચન પાળવા વનમા ફરવા લાગ્યા અને ત્યા બધે તેમની પાછળ પડછાયાની જેમ, કૌરવોનો અત્યાચાર તેમને સતાવવા લાગ્યો. કૌરવો તરફથી સદાય વરસી રહેલા એ ક્રૂર અને અસહ્ય જુલમો છતાયે, તેમનો ક્ષમાશીલ સ્વભાવ એ બધુ ભૂલવા લાગ્યો; ત્યારે દ્રૌપદીજી પાચે પતિઓને પોતાના ખેચાયલા કેશ અને વસ્ત્રો બતાવી બતાવીને તથા હસ્તિનાપુરના રાજમાર્ગ ઉપર ધૂળમા રગદોળાયેલી પોતાની દેહ દેખાડી દેખાડીને એ અત્યાચારોનુ સ્મરણ કરાવતા; અને કહેતા કે, ભૂલવું હોય તો બધુય ભૂલી જજો, પણ મારૂ–તમારી સ્ત્રીનું–અપમાન ન ભૂલજો

ભારતીય બહેનો ! તમારા કેશ અને ચીર આ સરકારના અનેક દુઃશાસનોએ ખેચ્યા છે, તમને અનેક દુશાસનોએ રસ્તા ઉપર રગદોળી છે, તમારા ઉપર અનેક દુશાસનોએ ઘોર અત્યાચાર ગુજાર્યા છે. તમે ભારતના પુરુષોને કહેા કે, ભૂલવું હોય તો બધુય ભૂલી જજો, પણ અમારૂ–તમારી બહેનોનુ, તમારી માતાઓનુ, તમારી પત્નીઓનુ અપમાન ન ભૂલજો. આપણા પુરુષો આજે એ અપમાનો અને અત્યાચારો ભૂલતા જતા લાગે છે. તમારો ધર્મ છે કે, આપણા પુરુષોના દિલમા

એ અગ્નિ સદા જ્વલંત રાખવો અને એ અપમાનોની યાદ ભૂંસાવા ન દેવી તમે સદાય કહેતા રહેજો કે, બધુય ભૂલજો પણ તમારી નારીઓનુ અપમાન ન ભૂલજો. એ અગ્નિ જો જીવતો હશે તો એક દિવસ ફરીવાર કુરુક્ષેત્ર મંડાશે અને પાંડવોનો—ધર્મનો વિજય થયો, તેમ ભારતવર્ષનો વિજય થશે!

૬૦—સ્ત્રીઓને સૂચના

સ્ત્રીઓને સુખી થવામાટે એક સ્ત્રીસહાયક મંડળે આપેલી સૂચનાઓ —

૧ ઉડાઉ થશો નહિ. એક પુરુષને આર્થિક પરાધીનતામાથી છૂટીને સ્વતંત્ર થવાનુ ભવિષ્ય જેવું ગમે છે, તેવું બીજુ કાંઈ ગમતુ નથી

૨ તમારૂ ઘર સાફ રાખજો. આખો દિવસ કામ કરીને થાકી ગયેલા પુરુષને પોતાના સુવ્યવસ્થિત સ્વચ્છ ઘરથી જેટલો આનંદ મળે છે, તેટલો બીજા કશાથી મળતો નથી.

૩ તમારો દેહ કદ્રૂપો બને તેવું કશુજ થવા દેશો નહિ.

૪ બીજા પુરુષો તમારા તરફ ખેંચાય તેવુ કશુ પણ કરશો નહિ; કેમકે ધણીઓ ઘણા અદેખા હોય છે અને કેટલાકો નિષ્કારણ વહેમી બને છે.

૫ પોતાનો પતિ વ્યાજબી નિયમ પાળવાનુ કહે તો સામા થતા નહિ.

૬ તમારા પિયરમાં બહુ વખત ગુમાવશો નહિ.

૭ તમારી કૌટુંબિક બાબતોમા તમારા પાડોશીની સલાહ માનતા નહિ અથવા તમારા પિયરિયાની સલાહે ચાલવાનો બહુ આગ્રહ કરતા નહિ; પણ જાતેજ વિચાર કરી લેજો અને તમારા ધણી સાથે મસલત કરજો.

૮ તમારા ધણીને ઉતારી પાડશો નહિ. આવેશમા પણ તમે તમારા ધણીને માટે દર્શાવેલા ખોટા વિચારનો બીજાઓ લાભ લઇ તેને તમારા ધણીના ચરિત્ર અને શક્તિઓનુ ખરૂં માપ માનશે.

૯ હસજો, સર્વ બાબતોમા ધ્યાન રાખજો. તમારો ધણી કંટાળ્યો હશે—થાકયો હશે, તો તમારૂ હાસ્ય તેનો ઉતાર છે. તમારા ધણીની લાગણીઓનો જો તમે ખ્યાલ રાખશો, તો તે પણ તમારી લાગણીઓને માન આપશે.

૧૦ તમારૂ સ્ત્રીત્વ ભૂલશો નહિ. પુરુષો, એ વધારે મોટા થયેલા

બાળકો છે. તેઓને તમે પટાવશો, તેની પરવા તેઓ નહિ કરે, પણ દબાવવા જશો તો સામા થશે, અને જો તમે સ્ત્રીઉચિત વિનય અને સહનશીલતાથી તેની સાથે વર્તશો તો તે અવળા સ્વભાવનો હશે, તોપણ તમારા તરફ તેનો સદ્‌ભાવ ખેચાશે અને તેને અંકુશમા રાખી શકાશે.

૬૧—મેખલા-પ્રયોગ

("વૈદ્યકલ્પતરુ" લેખક:—વૈદ્ય વાસુદેવ શામળદાસ સેવકરામ—વડાગામ)

પૂર્વકાળમા ભારતવર્ષની અદર વૈજ્ઞાનિક જ્ઞાન જેટલુ ઉત્તમ હતુ, તેટલુ આજકાલ નથી, પરતુ વર્તમાન પાશ્ચાત્ય વિજ્ઞાનવેત્તાઓ હાલમા પોતાની ઉન્નતિ કરી રહ્યા છે, ત્યાથી ભારતીય વિજ્ઞાનનો આરભ થાય છે. આ દેશના હમેશના વ્યવહારોમા પણ વિજ્ઞાનની પૂર્ણ છટા વિદ્યમાન છે; પરતુ વાત એવી છે કે, અજ્ઞાનતાના સબબે આપણે તેની ઉપેક્ષા કરી રહ્યા છીએ. પણ તેના અસ્તિત્વને નષ્ટ કરવાની શક્તિ કોઇને આધીન નથી અમારા દ્વિજવર્ણમા એક એવી પ્રાચીન પ્રથા પ્રચલિત છે, કે જે બાબતમા બે શબ્દોમા નિવેદન કરવાની હુ રજા માગુ છું. દ્વિજોમા ઉપનયન સંસ્કાર કરી સમાવર્તન સસ્કાર થાય ત્યાસુધી મુજમેખલા ધારણ કરવાની પ્રથા બ્રહ્મચારીને સારૂ છે. આ પ્રથા કેટલી બધી ભારે સમજ અને મર્મભરેલી છે યા તો શા કારણને લઇને ચાલુ છે, તે જાણવાને હાલના મનુષ્યો કદી પણ વિચાર કરતા હોય એમ જણાતુ નથી. ઘણા લાબા સમયથી હુ આ રહસ્ય સમજવા મહેનત કરતો હતો અને તેમા મે જે જ્ઞાન મેળવ્યુ છે, તે આ પ્રમાણે છે.—બ્રહ્મચર્યાવસ્થામા અખડ બ્રહ્મચર્યવ્રતનુ પાલન કરવુ, એ દરેક બાળબ્રહ્મચારીનો ધર્મ છે, એમ સમજી શુદ્ધ બ્રહ્મચારી પ્રત્યક્ષ તો નહિ પણ સ્વપ્નમા મૈથુન નહિ કરે; પરતુ મૈથુન કર્યાસિવાય વીર્યપાત થઇ જાય તો તેને રોકવો એ શક્તિબહાર છે અને આજકાલ એ રોગ (સ્વપ્નદોષ) ઘણા મનુષ્યોને હોય છે અને સ્વપ્નમાથી થતા વીર્યપાતને રોકવા સારૂ પ્રાચીન આયુર્વેદતત્ત્વનિષ્ણાત મહર્ષિઓએ મુજ—મેખલાનો વિધાન પ્રચલિત

કરેલો છે. મુંજ–મેખલા ધારણ કરવાથી વીર્યસ્રાવ થતો નથી, તેમજ સ્વપ્નાવસ્થામા જતુ વીર્ય બધ પાડે છે.

આજકાલના અતિમૈથુનના કાળમા આ રોગ વધુ પ્રમાણમા જોવામાં આવે છે અને એ કારણને લઇને દરેકે દરેક વ્યક્તિએ મેખલાઓ ધારણ કરવી જોઇએ અને ધારણ કરવાથી જળસમાન પાતળી થયેલી ધાતુ બંધાઇ જાય છે; તેમજ બીજા ઘણી જાતના ધાતુના વિકારો દૂર થાય છે અને વિનામૈથુને કદી વીર્યપાત થતો નથી પ્રાચીન આયુર્વેદાચાર્યો-ના કષ્ટથી શોધાયેલા આવા ગહન, સાદા અને અત્યત ફાયદાકારક ઉપાયોને આપણે વગરસમજે ઉડો વિચાર કર્યાસિવાય માત્ર ઉપલક દૃષ્ટિએ નજીવા સમજી, અવહેલના કરી, આપણા પગો ઉપર કુહાડી મારી બીજાની મદદની આશા રાખીએ છીએ ! એ સિવાય બીજુ શુ ?

૬૨—સત્યભામા અને દ્રૌપદી

એક પ્રસગે મેળાપ થતા સત્યભામાએ દ્રૌપદીને પૂછ્યુ કે–"સખિ ! તારા સ્વામી જે મત્ર કે ઔષધવડે તારે વશ રહે છે, તે મને બતાવ, કે જેથી શ્રીકૃષ્ણ પણ મારે વશ થાય"

દ્રૌપદીએ હસીને કહ્યુ–"સખિ ! મંત્ર કે ઔષધથી તે કાઇ સ્વામી વશ કરાતા હશે ? ગુણહીન સ્ત્રીઓ મત્ર અને ઔષધોથી સ્વામીને વશ કરવાનો પ્રયત્ન કરીને ઉલટુ સ્વામીને નુકસાન પહોચાડે છે. સ્વામી મને કેવી રીતે વશીભૂત થયા છે તે સાભળ. સ્વામી એજ સ્રીનો દેવતા અને એકમાત્ર ગતિ છે, એમ જાણીને હુ મન, વચન અને કર્મથી રાતદિવસ એમની સેવા કરૂ છું. સ્વામીસેવા એજ મારા જીવનનુ એકમાત્ર વ્રત–એક માત્ર ધર્મ છે. હુ કોઇ દિવસ એમની સાથે કડવુ વેણ બોલતી નથી, તેમના મનને ખોટુ લાગવા દેતી નથી, તેમના જમવા પહેલા ભોજન કરતી નથી, તેમના બેઠા પહેલા બેસતી નથી અને સૂતા પહેલા સૂતી નથી જે વસ્તુ એમને પસદ ન હોય તેનો હુ પણ ત્યાગ કરૂ છુ; જેની સાથે વાતચીત કરવાની તેમની ઇચ્છા ન હોય, તેની સાથે હું પણ વાર્તાલાપ કરતી નથી,

સ્વામીની જેનાપર પ્રીતિ હોય તેનાપર મારી અપ્રીતિ હોય, તોપણ હું તેનું માન રાખુ છુ અને કાળજીપૂર્વક તેમની સેવા કરૂં છું. બહારથી સ્વામી જ્યારે થાકીને ઘેર આવે છે, ત્યારે આસન અને જળ આપીને હું તેમનો થાક દૂર કરૂં છું. બહારથી તેમનો અવાજ સાંભળતાંજ બારણા આગળ જઇ તેમનો સત્કાર કરૂ છું. દાસદાસીની પાસે એ કોઇ પણ વસ્તુ માગે તો હું જાતેજ ઉઠીને એ વસ્તુ આણી આપું છું હું જ્યારે રાણી હતી, ત્યારે રાજ્યસંસારનો અને દાસદાસીઓનો સર્વ ભાર તેમણે મને સોપ્યો હતો હુ દરરોજ પોતાને હાથે સ્વચ્છ રસોઇ કરીને યથાસમયે સર્વને જમાડતી; જાતેજ ધાન્ય અને ઘરની બીજી બધી જણસો કાળજીપૂર્વક સાચવી રાખતી; જાતેજ ઘરના નોકરો, ભરવાડો, ગોવાળો વગેરેની ખબર રાખતી અને જાતેજ ઘરસંસારના આવકખર્ચનો હિસાબ રાખતી મહેલના આશ્રિતોની સેવામા મને રાત્રિ-દિવસનુ ભાન રહેતું નહિ. રોજ બધાના જમી રહ્યા પછી હું જમતી, બધાના સૂઇ ગયા પછી હું સૂઈ જતી અને વહાણું વાતાં બધાના ઉઠતા પહેલા હુ ઉઠીને ઘરકામમા ગુથાતી.

સાસુજી કુતીને દરરોજ હું પોતે જમાડીને તેમની સેવા કરતી. કોઈપણ રીતે તેમના ઉપર હુ મારો કારભાર દેખાડતી નહિ, તેમના કરતા ઉચા પ્રકારનુ કપડુ કદી પણ પહેરતી નહિ, ગૃહધર્મમા સર્વથા એમને આધીન થઇને ચાલતી. બીજી તરફ સપત્નીઓને (શોકયોને) પણ માની જણી બહેન બરાબર ગણતી. કોઈ દિવસ તેમના ઉપર અદેખાઈ કરતી નહિ, તેમજ કોઇ દિવસ અનિષ્ટ વ્યવહાર કરીને કે કડવું વચન કહીને તેમનુ દિલ દુભવતી નહિ.

સખિ ! એજ સ્વામીને વશ કરવાનો મત્ર તથા ઔષધ છે એથી સારો ઉપાય બીજો કોઈ નથી એનો ઉપયોગ કરી જો, એટલે શ્રીકૃષ્ણ તને તદ્દન વશીભૂત થઇ જશે."

૬૩—સતીમાહાત્મ્ય

(વરાહમિહિરકૃત "બૃહતસંહિતા"માંથી)

पुरुषाणां सहस्रञ्च सती स्त्री च समुद्धरेत् ।
पतिः पतिव्रताणाञ्च मुच्यते सर्वपातकात् ॥ १ ॥

એક સતી સ્ત્રી હજારો પુરુષોનો ઉદ્ધાર કરી શકે છે. પતિવ્રતાનો પતિ સર્વ પાપથી મુક્ત થાય છે. (૧)

नास्ति तेषां कर्मभोगः सतीनां व्रततेजसा ।
तया सार्धञ्च निष्कर्मा मोदते हरिमन्दिरे ॥ २ ॥

સતીઓના વ્રતના તેજથી તેઓને (પતિઓને) કર્મનો ભોગ રહેતો નથી. તેઓ નિષ્કર્મ થઇને સતીની સાથે ઇશ્વરના ધામમા વિહરે છે.

पृथिव्यां यानि तीर्थानि सतीपादेषु तान्यपि ।
तेजश्च सर्वदेवानां मुनीनाञ्च सतीषु तत् ॥ ३ ॥

પૃથ્વીમા જે તીર્થો છે તે સર્વ સતીના ચરણમા છે, તેમ દેવતાઓનું અને મુનિઓનુ તેજ પણ સતીઓમા રહેલું છે. (૩)

तपस्विनां तपः सर्वं व्रतिनां यत् फलं व्रते ।
दाने फलं च दातॄणां तत् सर्वं तासु सन्ततम् ॥ ४ ॥

તપસ્વીઓનુ સર્વ તપ, વ્રતીઓના વ્રતનું ફળ અને દાતાઓના દાનનુ ફળ, એ સર્વ સતીઓમા નિરંતર રહેલુ છે (૪)

स्वयं नारायणः शंभुर्विधाता जगतामपि ।
सुराः सर्वे च मुनयो भीतास्ताभ्यश्च सन्ततम् ॥ ५ ॥

નારાયણ પોતે, શંભુ, જગતના સ્રષ્ટા બ્રહ્મા, સર્વ દેવતાઓ અને મુનિઓ પણ સતીઓથી હમેશા ભયભીત રહે છે (૫)

सतीनां पादरजसा सद्यः पूता वसुन्धरा ।
पतिव्रतां नमस्कृत्य मुच्यते पातकान्नरः ॥६॥

સતીની ચરણરજથી પૃથ્વી તુરત પાવન થાય છે. પતિવ્રતાને નમસ્કાર કરી મનુષ્ય પાપથી મુક્ત થાય છે (૬)

त्रैलोक्यं भस्मसात् कर्तुं क्षणेनैव पतिव्रता ।
स्वतेजसा समर्था सा महापुण्यवती सदा ॥ ७॥

મહાપુણ્યવતી સતી સર્વદા પોતાના તેજથી ત્રૈલોક્યને પણ ક્ષણમાં બાળી મૂકવા સમર્થ છે (૭)

सतीनाञ्च पतिः साध्वीपुत्रो निःशंक एव च ।
न हि तस्य भयं किंचिद्देवेभ्यश्च यमादपि ॥ ८॥

સતીનો પતિ અને પુત્ર પણ સદા નિશ્ચિંત રહે છે; કારણ કે તેમને દેવોથી કે યમથી પણ ભય રહેતો નથી. (૮)

शतजन्मसुपुण्यानां गेहे जाता पतिव्रता ।
पतिव्रताप्रसूः पूता जीवन्मुक्तः पिता तथा ॥९॥

સો જન્મના પુણ્યવાનને ત્યાં સતીનો જન્મ થાય છે. સતીની માતા પુનિત બને છે અને પિતા જીવન્મુક્ત થાય છે. (૯)

श्रुतं दृष्टं स्पृष्टं स्मृतमपि नृणां ह्लादजननं,
न रत्नं स्त्रीभ्योऽन्यत्क्वचिदपि कृतं लोकपतिना ।
ततस्तो धर्मार्थौ सुतविषय सौख्यानि च ततो,
गृहे लक्ष्म्यो मान्याः सततमवला मानविभवैः ॥१०॥

દર્શનથી, શ્રવણથી, સ્પર્શથી અને સ્મરણથી પણ પુરુષને આહ્લાદ ઉત્પન્ન કરે એવું સ્ત્રીઓવિના બીજુ કોઇ રત્ન લોકપતિ બ્રહ્માએ ક્યાય પણ પેદા કર્યું નથી; એટલુ જ નહિ પણ ધર્મ અને અર્થની ઉત્પત્તિ પણ સ્ત્રીઓમાથીજ થાય છે. પુત્ર અને વિષયસંબંધી સુખોનો આધાર સ્ત્રીઓ ઉપરજ છે, એટલા માટે ઘરમા લક્ષ્મીરૂપે વસનારી સ્ત્રીઓ સત્કાર અને વૈભવદ્વારા માન આપવા યોગ્ય છે. (૧૦)

ये ह्यङ्गनानां प्रवदन्ति दोषान्वैराग्यमार्गेण गुणान्विहाय ।
ते दुर्जना मे मनसो वितर्कः सद्भाववाक्यानि न तानि तेषाम् ॥

કેવળ વૈરાગ્યની દૃષ્ટિથી સ્ત્રીઓના ગુણોનો ઉચ્ચાર કરવાને બદલે જે કોઈ તેમને દોષ દે છે, તે દુર્જન છે તેના એ વચનો સદ્બુદ્ધિથી નીકળેલા નથી, એમ હુ માનુ છુ (૧૧)

૬૪—દૂધની ભૂકીની બનાવટ

(લેખક–પોપટલાલ મોનજી યાજ્ઞિક, "વિશ્વજ્યોતિ" શ્રાવણ–સં ૧૯૮૧)

કેટલીક વખતે દૂધ મળતુ નથી, તેમજ પ્રવાસી માણસને અને માંદા માણસને રાત્રે બીજી કેટલીક અડચણને વખતે દૂધની ઘણી જરૂર હોય છે, પણ તે મળી શકતુ નથી. તે વખતે આ ભૂકીનો ઉપયોગ કરવાથી ઘણીજ અડચણો ઓછી થાય છે. તે બનાવવાની રીત –

સાકર તોલા ૪૦), સોડા બાયકાર્બોનેટ તોલો ૦।, સ્વચ્છ વસ્ત્રગાળ કરેલું દૂધ તોલા ૧૨૫), ઉપરની ચીજો પહેલા તૈયાર કરી રાખવી. પછી એક લોખંડની કઢાઇ- (પેણો) લઇને તેમા મલમલના કપડામાથી ગાળેલું દૂધ નાખવું અને તે કઢાઇ ચૂલા ઉપર મૂકીને મંદ (ધીમી) ગરમી આપવી. પછી તે દૂધને અર્ધું અવટાવી (બાળી) નાખવું; અને ગરમી જરા ઓછી કરી નાખવી. પછી અર્ધો તોલો પાણી લઇને તેમા સોડા બાયકાર્બોનેટ નાખી તે મિશ્રણ થાળીમા મૂકેલી સાકરની ઝીણી ભૂકી ઉપર છાટવું અને હાથવડે તેને ચોળવી. એ મુજબ થોડા વખત સુધી ચાલુ રાખવું, જેથી ખાંડ અને સોડાનુ ઉત્તમ મિશ્રણ તૈયાર થશે. પછી તે સાકરની ભૂકી થોડી લઇને તે કઢાઇમાના દૂધમા નાખી દૂધને હલાવતા રહેવું. એ મુજબ બધી ભૂકી મેળવી નાખીને નીચે ગરમી વધારવી અને તે દૂધને ખૂબ હલાવતા રહેવુ; જેથી નીચે દૂધ બળશે નહિ. પછી તે દૂધ જેમ જેમ ઘટ્ટ (જાડું) થતું જાય, તેમ તેમ તેને ખૂબ હલાવતા રહેવું, જેથી છેવટે તેની સફેદ ભૂકી તૈયાર થશે. ભૂકી તૈયાર થયા પછી ગરમી ઓછી કરવી અને કઢાઇ ઉપર ઢાકણુ ઢાકી દેવું, જેથી તે ભૂકીને હવા લાગશે નહિ; નહિ તો તે ભૂકી ભીનાશ પડતી થશે. તે પછી અર્ધા રતલના ટીનના ડબાઓ તૈયાર કરીને તે ડબામા ભૂકી ભરીને તેનું ઢાકણુ ગરમ કરી ઉપર બંધ કરવું. પછી તે ડબાઓનો ઢાકણાવાળો ભાગ સીમેન્ટથી બંધ કરી નાખવો. આ ડબાઓ ચોખંડા અને ગોળ એવી બે જાત-

ના થાય છે. ડબાઓ બંધ થયા પછી સીમેન્ટ તેના મોં ઉપર લગાડી બંધ કરવાથી હવા અંદર જવા પામશે નહિ. પછી તે ડબા ઉપર છાપેલું લેબલ ચોટાડવું. તે લેબલમાં સૂચનાતરીકે લખવુ કે, એક તોલો ભૂકી ૧૬ થી ૨૦ તોલા ગરમ પાણીમા મેળવવાથી તાજું દૂધ તૈયાર થશે. વિલાયતી આવા એક ડબાની કિંમત ૧। થી ૧।। રૂપીઓ પડે છે અને દેશી ડબાઓ દશથી બાર આના સુધી વેચી શકાય છે. મોટા વેપારીને આઠ આને એક ડબો વેચીએ તો બે આનાથી પણ વધારે ફાયદો પડે છે. શું આ કામ છોકરાઓ નહિ કરી શકશે? મોટા માણસો આ કામ કરીને હિંદુસ્તાન બહાર જતા નાણા અને વધુ અપાતી કિંમતો અટકાવશે તો હિંદુ મજુરો અને વેપારીઓના ઘરમા તે નાણા આવી શકશે; અને હિંદુ લોકોએ બનાવેલાતરીકે વેચાય પૈસો, ચોખ્ખાઈ અને સસ્તાઇનો બહોળો લાભ હિંદુસ્તાનને ખરેખર થશે તથા પરદેશી લોકોનો માલ તેથી ઓછી કિંમતે વેચાશે.

૬૫-શક્તિની દવા ખાઇને મરનારાઓ!

(લેખકઃ-લાભશંકર લક્ષ્મીદાસ, જુનાગઢ)

૧ **'ત્રાસદાયક જાહેરખબરો'**-આ દેશના વર્તમાનપત્રોમાં 'શક્તિની દવા'ની લાંબી લાંબી તથા ખેંચાણકારક ભાષાવાળી જાહેરખબરો હમેશા છપાયા કરે છે.

(૧) "અર્ધા કલાકમા પાવર પીલ્સનો અજબ ચમત્કાર." (૨) "પંદર મિનિટમા કૌવતનો પૂર જોસ," (૩) "પ્રેમના વિલાસી જનોમાટે ગોળીઓ," (૪) "સંસારસુખ ગુમાવી બેઠેલા પુરુષોને આ ગોળીઓ સોનાના જેવી કિંમતી છે," (૫) "આ કિંમતી ગોળીઓની હજારો બાટલીઓ ખપી ગઈ છે!" વગેરે શબ્દો વાચીને કેટલા બધા મૂર્ખ પુરુષો રાતદિવસ કામના વિચારો કરીને પોતાની જીંદગી ટુકી કરતા હશે?

૨ **એકાએક મરી જતા તંદુરસ્ત જુવાન પુરુષો**-ઘણા જુવાન તંદુરસ્ત પુરુષો એકાએક બિમાર પડીને થોડા દિવસોમાં અથવા

તો રીબાઈ રીબાઇને મરી જાય છે. આવા કેટલા હતભાગી પુરુષો "પ્રેમના વિલાસી જનો માટેની ગોળીઓ"ના છુપા ભોગ બનીને પોતાનાં મા, બાપ, સ્ત્રી, બાળકો વગેરે વહાલાઓને પોક મૂકાવતા હશે?

૩ વર્તમાનપત્રમાં ચેતવણી—તા. ૧૮-૧૨-૧૯૨૨ ના એક રોજીંદા વર્તમાનપત્રમા "શક્તિની દવા વાપરનારાઓને ચેતવણી" એવા મથાળા નીચે એક લેખ છપાયો હતો. તેમા જણાવ્યા પ્રમાણે "પુરુષો-ની ગુમાવેલી જીવનશક્તિમાટે હજારો લેભાગુ દવાઓ નીમહકીમો તરફથી બહાર પડે છે; અને હજારો લોકો આ ઇલાજમાટે તેવી દવાઓ પાછળ પૈસાની બરબાદી કરે છે"

બધા વેપારીઓ પોતાની દવાના વખાણ કરે છે! કોઇ પણ એમ કહેતો નથી કે, "મારી દવા જીવલેણ છે!"

૪ સોળ વરસના એક જુવાનની વાત—આશરે સોળ વરસ-નો મારો એક ઓળખીતો શ્રીમત જુવાન પુરુષ હતો. તેની સ્ત્રી ઘણી ખૂબસુરત હતી. તે ઘણો તંદુરસ્ત હતો, પણ એક દિવસ તે એકાએક બિમાર પડીને અવાચક થઈ ગયો તેના માબાપને વહેમ આવ્યો કે, તેના એક મૂર્ખ મિત્રની સલાહથી તેણે કાઇ 'શક્તિની દવા' ખાધી હતી. તે સંબંધમા તે પુરુષને ઘણું પૂછવામા આવ્યુ, પણ તે બીલકુલ બોલી શક્યો નહિ અને મરી ગયો!

જ્યારે તેના શબને મસાણમા લઇ જવામાટે તૈયારી થતી હતી, ત્યારે હું ત્યા હાજર હતો. તે વખતે તેની મા, બહેન, સ્ત્રી વગેરે સગી બાઇઓ ગમે તેવા કસાઇને પણ રડવુ આવે તેવી ત્રાસદાયક રીતે છાતી કૂટીને વિલાપ કરતાં હતા. તે ભયંકર સ્થિતિમાટે જે 'શક્તિની દવા' બનાવનાર તથા તેની જાહેરખબર લોકોમા ફેલાવનાર માણસો જવાબદાર હશે, તેમના મરણ પછી કર્મના ઈશ્વિરી ઇન્સાફી કાયદા પ્રમાણે કેવા બુરા હાલ થવા જોઇએ તેનો ખ્યાલ કરવો સહેલો છે

૫ વર્તમાનપત્રોના માલિકોને અરજ—વર્તમાનપત્રોના માલિકો-ને બીજી સેંકડો નિર્દોષ જાહેરખબરોના હજારો રૂપીઆ મળે છે,

માટે કર્મ તથા પુનર્જન્મના ઈશ્વરી ઇન્સાફી કાયદાનો ખ્યાલ કરીને 'શક્તિની દવા'ની જાહેરખબરો કદીપણ નહિ છાપવાનો ઠરાવ કરવામાં તેઓ મહેરબાની કરે અને તેથી હજારો કુટુંબોના તેઓ આશીર્વાદ મેળવે, એવી મારી પ્રાર્થના છે.

૬ અરજ—મારો આ લેખ છપાવીને, છૂટથી ફેલાવી મહાપુણ્ય કમાવા હું અરજ કરૂં છું.

જેવું વાવશો તેવું પામશો, ઘઉં વાવશો તો ઘઉં પામશો, પથ્થર વાવશો તો પથ્થર પામશો, દુનિયામાં સુખ વાવશો તો સુખ પામશો, દુનિયામાં દુ:ખ વાવશો તો દુ:ખ પામશો.

ઇશ્વરી ન્યાયાધીશને કદી પણ ઠગી શકશો નહિ!

૬૬—દાદરનો સહજ-મફત ઈલાજ

(લેખક—છગનલાલ મગનલાલ)

મરચાંના છોડના લીલા પાન લાવી પાણી નાખી ખૂબ ઝીણાં વાટી રસ કાઢી એની અંદર થોડુંક મીઠું નાખી થયેલી દાદર ઉપર ખૂબ મસળવાથી દિન પંદરની અંદર મટી ચામડી સુંવાળી બને છે. આ દવા જન્મોજન્મની થયેલી દાદરને પણ મટાડી શકે છે. આ દવા લગાડવાથી અગન બળતી નથી, સહેજ લાગે છે. આ દવા જગજાહેર સારૂ બતાવવામા આવી છે. દશ વરસની જૂની દાદર હોય અને કાળી કે લાલ હોય તોપણ મટે છે. મારા ભાઇઓ ! આ દવાથી ફાયદો લાગે તો બીજા ભાઈ એટલે ગરીબ લોકોને પણ બતાવશો ગરીબોને દુ:ખથી ટળવળતા અટકાવવા તેમને ખબર પણ આપવી એ આપણી ફરજ છે. જેમને દાદર મટે તેમણે યથાશક્તિ કબુતરાને મકાઇ અગર કૂતરાને રોટલા નાખવા.

૬૭–મહાત્મા કબીર અને પાપીનો પસ્તાવો

(લેખિકાઃ–બહેન વિનોદિની નીલકંઠ, 'બાલમિત્ર'માંથી)

સંત કબીરની એક વાર્તા છે એક નગરમા કોઈએક બહુ પાપી સ્ત્રી રહેતી હતી. નગરની સ્ત્રીઓ એના ઘર આગળથી પસાર થવામાં પણ નાનમ માનતી. રસ્તામા કદાચ તેમને પેલી સ્ત્રી સામી મળી જતી તો તેઓ મુખ ફેરવી દેતી, ગામના સૌ માણસ એની નિંદા કરતા.

આખરે ગામના આગેવાન માણસો ભેગા મળી તેને કબીરજી પાસે લઇ ગયા. તેમણે કબીરને પેલી સ્ત્રીની સઘળી હકીકતથી વાકેફ કર્યા, ત્યારે સાગરસરખી ગંભીરતાથી સંતે તેમને પૂછ્યું કે "તમે તે સ્ત્રીને શુ કરવા માગો છો?" લોકોએ જવાબ દીધો કે "પ્રભુ ! અમારે એને સખત શિક્ષા કરવી છે." કબીર બોલ્યા કે "આવતી કાલે તે સ્રીને લઈ સૌ નગરજનો અહીં આવજો."

હજી તો પૂરું અજવાળુંએ નહોતું થયું, ત્યા તો કબીરજીની ઝુંપડી-બહાર નગરજનોના પૂર ઉલટયાં કબીરે પેલી પતિત સ્રીને એક જગ્યાએ ઉભી રાખી; લોકોનો સમૂહ તેની આસપાસ વિંટળાઇને ઉભો શાત મીઠા સ્વરે સત બોલતા સંભળાયા "તમે કહો છો કે, આ સ્ત્રી પાપી છે. આવી પાપી સ્ત્રીને જરૂર સજા થવી જોઇએ દરેક નગરજન એકેક પથ્થર ઉપાડી એને મારજો" લોકોમા આનદના પોકાર થવા લાગ્યા; પણ એકેય પથ્થર પડે તે પહેલા કબીર બોલ્યા કે "ઉભા રહો, થોભી જાઓ. તમે બધા આ બાઇને એના પાપની સજા કરો છો, પણ તમારી ખાત્રી તો છેને કે, તમે તેને શિક્ષા કરવા લાયક છો? તમારામાથી જે તદ્દન પાપરહિત હોય, તેજ એને પથ્થર મારે તમે પણ પાપી હો તો આ પાપી સ્રીને મારવાનો તમને શો હક્ક છે?" લોકોમા ખળભળાટ થયો, પેલી પતિત સ્રીની આસપાસ થયેલુ માણસોનુ કુંડાળુ ધીમે ધીમે દૂર ને દૂર ખસતુ ગયું; દરેક જણ પાછળ પગલા ભરી ચાલવા માડતુ હતુ; દરેક પગલે તેમને પોતપોતાના પાપો યાદ

આવતા હતા ધીમે ધીમે લોકો અદૃશ્ય થઈ ગયા. સંત કબીર અને પેલી સ્ત્રી, એ બેજ હવે ત્યા રહ્યા સત કબીર પેલી સ્ત્રી પાસે આવ્યા અને તેને હાથ જોડીને કહ્યુ કે "માતા ! તું પાછી ઘેર ચાલી જા. મારી ખાત્રી છે કે, હવે પછી તુ કદીએ પાપ નહિ કરે."

સ્ત્રીની આખમાથી આસુની રેલ ચાલી કબીરે તેને રડવા દીધી. આસુદ્વારા એના પાપ એાસરી જતા હતા.

તે દિવસથી પેલી સ્ત્રી કબીરની પરમ ભક્ત બની. કબીરપથીઓએ તે મહાભાગ્યશાળી સ્ત્રીના બહુ ગુણ ગાયા છે.

૬૮–મહર્ષિના અમર આત્માને વંદન હો !

("ગાંડીવ"–સુરત, તા. ૧૪–૨–૨૬નું મુખપૃષ્ઠ)

એ વાતને સેા સેા વરસ વીતી ગયા. ગઇ સદીના એક સુધન્ય વરસમા ટંકારાના પુણ્યતીર્થે એણે જન્મ લીધેા. સનાતન ધર્મના તેજોમય કીર્તિદીપકની ઝાખી પડતી શિખાઓને સંકોરવાને–તેને સતેજ કરવાને કાજે એનેા અવતાર હતેા–અને,–અને એ પુણ્યપુરાણ સંસ્કૃતિના એાસરતા પૂરને તેણે પાછા વાળ્યા !

એ હતેા મહર્ષિ ! મહાનથીયે મહાન ઋષિમુનિઓથી ન પળાયલા વ્રતેાના એણે પરચા બતાવ્યા. મહત્તમ વિભૂતિઓની પરમ મહિમામયી શક્તિઓના ભૂલાતા જતા ઇતિહાસેાને એણે પાછા સજીવન કર્યા. સદ્ધર્મના અધકારપછેડા હેઠળ છુપાયેલા અધર્મના મહાપટલેાને એણે દુનિયાની દૃષ્ટિએ આણ્યા. સનાતન હિંદુત્વના દેહપર થતા જખમેાને નિવારવાના એણે માર્ગ બતાવ્યા.

એ હતેા એકનિષ્ઠ બ્રહ્મચારી ઇતિહાસને ચેાપડે સુવર્ણાક્ષરથી ઝળહળતા ભીષ્મપિતામહના જીવનાદર્શોને અશક્ય માનવા લાગતી થયેલી પ્રજાને આગણે એણે બ્રહ્મચર્યના એાજસ ઉતાર્યાં, સત્ય તપશ્ચર્યાના બ્રહ્મવર્ચસ્વ દાખવ્યા સન્યાસીઓનેા પરમ સંન્યાસી, સંસારીઓનેા પરમ પૂજનીય, સનાતન હિંદુધર્મનેા મહા ઉદ્ધારક–હિંદુત્વના પુન-

રાજ્જીવન કાજે જીવનભર ભેખ ધારણ કરી તેને ખાતર પ્રાણ ન્યોછાવર કરનાર—એ હતો દયાનંદ સરસ્વતી.

વીસ વરસની દૂધમલ ઉંમરે એણે ઘર તજ્યું અને ભગવાં ધારણ કર્યાં. આઠ આઠ વર્ષો સુધી ન જોયા ઉંઘ ને થાક, ન જોઇ ભૂખ કે તરસ અને વિદ્યાભ્યાસ કર્યો; યોગના ચિંતન કર્યાં; સારૂં હિંદ તેમની ગર્જનાના ટંકારોથી પછે ગાજી રહ્યું! આર્યત્વનો તેણે ઝુંડો ધર્યો અને હિંદુત્વને હાકલ નાખી; વહેમ ને અજ્ઞાનના, મિથ્યાચાર ને આડંબરના, ધતીંગો અને ધર્મઘેલછાઓના જાળાઝાખરા તેણે સાફ કરવા માંડ્યા. બ્રહ્મચર્યના તેણે આદેશ આપ્યા. દુઃખના ડુંગરાઓ હેઠળ સેંકડો વરસના રૂઢિબંધનોથી કચડાતી રાંકડી વિધવાઓની તેણે બાય ઝાલી! હિંદુઓના કહેવાતા અસ્પૃશ્યતાવાદના મૂળનાં તેણે ઉચ્છેદન આદર્યાં—અને સારી હિંદુ આલમમા ચેતનાની ચિણગારી ચમકી ઉઠી.

ને સત્યનો જપ જપવા ખાતર, નેકીની નેકી પુકારવા ખાતર જેમ સૉક્રેટીસે ઝેરના પ્યાલા ગટગટાવ્યા, તેમ ગરવી ગુજરાતના એ પનોતા સંતાનને પોતાનો કીર્તિધ્વજ ફરફરાવતાં, ઝેરીલા ભોજનો આરોગી દેહ કુરબાન કરવો પડ્યો.

સેવા એ જેનો મંત્ર હતો, બ્રહ્મચર્ય એ જેનુ વ્રત હતું, ધર્મ એ જેનો પ્રાણ હતો, આત્મત્યાગ એ જેનો દેહધર્મ હતો—દયા, ક્ષમા અને ઋજુતા જેના અંગે અંગમા ઉભરાતી એવા એ યોગીને, તેના અમર આત્માને વારંવાર વંદન હો, કોટી કોટી નમસ્કાર હો!

૬૯—સ્વામી વિવેકાનંદનો એક મહામંત્ર

(સ્વામી વિવેકાનંદ—ગ્રંથ ૨ જામાથી)

ઓ હિંદુસ્તાન! સીતા, સાવિત્રી અને દમયંતી, એ તારી સ્ત્રીજાતિનો આદર્શ છે, એ તુ ભૂલતો નહિ; તારો ઇષ્ટદેવ યોગીઓનો યોગી અને ત્યાગી ઉમાપતિ શંકર છે, તે તુ ભૂલતો નહિ; તારૂં લગ્ન, તારી દોલત અને તારી જીંદગી ઇંદ્રિયવિલાસમાટે કે તારા અંગત

સુખને માટે નથી; એ તુ ભૂલતો નહિ; જગદંબાની વેદીમા હોમાવાને માટેજ તું જન્મ્યો છે, એ તું ભૂલતો નહિ, તારા દેશનું સામાજિક બંધારણ અનંત વિશ્વવ્યાપી માતૃત્વનોજ પડઘો છે, એ તું ભૂલતો નહિ; અંત્યજો, અજ્ઞાનીઓ, ગરીબ લોકો અને ભંગી લોકો પણ તારા ભાઇઓ છે, એ પણ તું ભૂલતો નહિ.

હે હિંદુસ્તાનના વીરપુત્ર! તુ બહાદૂર થા, હિંમતવાન થા, તું હિંદુ છે તે માટે મગરૂર થા અને જગતને જાહેર કર કે "હું હિંદુ હિંદુસ્તાનમાં જન્મ્યો છું અને દરેક હિંદવાસી બ્રાહ્મણથી માડીને ભંગી સુધીના સર્વ મારા ભાઇઓ છે."

ઓ હિંદવાસી! તારી કેડ ઉપર એકમાત્ર લંગોટીજ રહેલી હોય તોપણ તુ ગર્વથી મોટે સાદે કહેજે કે "હિંદનું જીવન એજ મારૂં જીવન છે, હિંદના દેવોજ મારા ઉપાસ્ય છે, હિંદનો જનસમાજ એ મારા બાળપણનું પારણું, જુવાનીની વિલાસભૂમિ અને ઘડપણની સ્વર્ગસમી કાશી છે."

ઓ મારા ભાઇ! તું જગતને કહેજે કે "હિંદુસ્તાનની પવિત્ર ભૂમિ એજ મારી સ્વર્ગભૂમિ છે અને હિંદુસ્તાનનું કલ્યાણ એજ મારૂ કલ્યાણ છે."

હે ભારતીય! આ મહામંત્રનો તું રાતદિવસ જપ કરજે કે "હે લક્ષ્મીપતિ! હે ગૌરીપતિ! હે જગદંબા! મને ખરૂ પુરુષત્વ આપજો. હે સર્વ પ્રકારના બળ-ઐશ્વર્યના ભંડાર! મારી નિર્બળતાનો, મારી ભીરુતાનો નાશ કરજો અને મને ખરો મર્દ બનાવજો."

૭૦—મૃત્યુલોકનું અમૃત—છાશ

(ભજનમાળા ભાગ ૫ માથી)

મળાવરોધ-કબજીઆત થવાથી શરીરમાથી કચરો બહાર નીકળી જવાને બદલે અંદર ને અંદર સડ્યા કરે છે, અને પછી હરવખત તેના થોડા થોડા કણ લોહી સાથે મળી જઇને રક્તવાહિની નાડીઓમા ભરાઈ બેસે છે, તેથી રક્તવાહિની નાડીઓ ફૂલે છે અને અક્કડ-

જડ થઈ જાય છે, એટલે લોહીના ફરવામા વિઘ્ન આવવાથી શરીરના જૂદા જૂદા અવયવોને યોગ્ય પ્રમાણમા લોહી મળતુ નથી; તેથી શરીર વૃદ્ધ જેવુ દેખાવા લાગે છે અને તેથીજ મગજ, નેત્ર, હૃદય, ઉદર (આમાશય, પક્વાશય), જનનેન્દ્રિય વગેરે અવયવો વ્યાધિગ્રસ્ત તથા શિથિલ રહે છે. જો ઉત્તેજક (માદક-તામસી) પીણા હૉટલોમા કે રખડપટ્ટુ લોકો પાસેથી અઢારે વર્ણના એઠા ઉચ્છિષ્ટ રકાબી-પ્યાલાદ્વારા પીવામા આવ્યા હોય, તો પીનારાઓ ઉપદંશ, પ્રમેહ આદિ ચેપી વ્યાધિઓના ભોગ પણ થઇ શકે છે એકની એક સોડાની બાટલી ઢેડ, ભગી કે મુસલમાને મોઢામા ખોસેલી તે આજનો સુધરેલો બ્રાહ્મણ વગરસકોચે પી શકે છે. તેમા હવે ચેપી રોગોને ઉત્પન્ન થવા માટે અવરોધ શુ રહ્યો ? દેશી અને પરદેશી વિદ્વાનો કહે છે કે, જમ્યા પછી ગાયના દૂધની સ્વચ્છ મોળી છાશ પીવામા આવે તો તેથી બહુ ફાયદા થાય છે. રક્તવાહિનીમા સચિત થયેલો જડ પદાર્થ-કણ પીગળી જાય છે અને તેનો કોઇપણ અવયવમા સંચય થતોજ નથી; તેથી રુધિરાભિસરણને સારી મદદ મળે છે, એટલે શરીર હૃષ્ટપુષ્ટ થઇ નાની વયમા વૃદ્ધાવસ્થા પ્રાપ્ત થતી નથી છાશમા જઠરાગ્નિ પ્રદીપ્ત કરવાનો ગુણ હોવાથી વિકૃત પદાર્થ ઉત્પન્ન થતો નથી અને કોઈ કારણવશાત્ થયો તો છાશનો મળશોધક (દસ્ત સાફ લાવવાનો) ગુણ તે વિકૃત પદાર્થને બહાર ધકેલી કાઢે છે, એટલે લોહી, માસ, મેદ, મજ્જા, વીર્ય આદિમા કોઇપણ વ્યાધિનો ઉદ્ભવ થવાનો બહુ થોડો સભવ થાય છે.

અમુક અમુક વ્યાધિવાળાને શાસ્ત્રકારો છાશનોજ ખોરાક લેવાની ભલામણ કરે છે એકલી છાશ ઉપર ૧૫-૨૦ દિવસ કાઢેલા માણસો મે ઘણા જોયેલા છે. દરેક વ્યાધિવાળાને તથા નિરોગીને દરેક ઋતુમા દરેક પ્રકૃતિવાળાને દરેક સ્થળમા દરેક વખતે છાશને પથ્ય ગણેલ છે. અનુભવ પણ એ વાતને પુષ્ટિ આપે છે ખોરાકમાં અથવા ખોરાકતરીકે છાશનો છૂટથી ઉપયોગ થાય છે, તે સિવાય વૈદકશાસ્ત્રમાં છાશથી અમુક અમુક વ્યાધિઓ પણ જૂદા જૂદા અનુપાનથી મટી શકે છે, એમ વર્ણવ્યુ

છે. એ છાશનુ ગામડીઉં વૈદુ પણ જાણવા જેવું છે. લખે છે કે, ઔષધિતરીકે અથવા અનુપાનમા ઓસડીઆ સાથે વાપરવાની ગાયના દૂધના દહીંમાથી બનાવેલી છાશ તાજી મોળી સ્વચ્છ ગોળી(કલાઇ દીધેલ પિત્તળની અગર માટીની)મા બનાવેલી વાપરવી (ખોરાકમાં પણ એવીજ વાપરવાનું સમજવું.) લીંડીપીપરનુ ચૂર્ણ વાલ ૧ અને છાશથી ખાસી તથા છાતીનો કફ મટે છે અજીર્ણમા સિંધાલુણ અને મરી સાથે; ગરમીના તાવમા સાકર સાથે; ઝાડા-મરડામા જીરૂં તથા સાકર સાથે; મગજની ગરમી, મગજનું ખાલીપણુ વગેરેમા જેઠીમધના મૂળ સાથે; નેત્રની ઝાખ, ગરમી વગેરેમા છાશ એકલી પીવી; સાદ બેસી ગયો હોય તો શેકેલી બહેડાની છાલના ભૂકા સાથે; છાતીના દુખાવામા તેમજ ધબકારામા પીંપળીમૂળના ભૂકાસાથે; લોહીના ઝાડામા બીલાના ગર્ભ સાથે; સૂકા હરસમા ગોળસાથે; દૂઝતા અર્શમા ઇંદ્રિજવ સાથે, સાપના દંશ ઉપર સરસડાની છાલના કવાથસાથે, કમરનો દુઃખાવો, વા વગેરેમા લસણના રસસાથે; છાતીમાથી પડતા લોહીમા અરડુસાના રસસાથે; કાકચીઆના ભૂકાસાથે; બધી જાતના તાવમા, માથાનો દુખાવો તથા આદાશીશીમા જાયફળસાથે, પેટના કૃમિ-જીવડામા વાવડીંગના ચૂર્ણસાથે; સુવારોગમા ત્રિકટુના ચૂર્ણસાથે, મૂત્રકૃચ્છ્રમા જવખારના ભૂકાસાથે, ગુલ્મવાયુમા વડાગરા મીઠાના ભૂકાસાથે અને સુકૃપ્રમેહમા ગોખરૂના ચૂર્ણસાથે છાશ લેવી.દાદર અને ખસમા કુવાડીઆના બીજસાથે વાટી લેપ કરવો.

ઉપરના અનુપાન અથવા ઓસડીઆ સાથે છાશનો ઉપયોગ કરવાથી તે તે વ્યાધિ મટે છે. તે ઉપરાત સ્ત્રી, બાળક, યુવાન, વૃદ્ધ, રોગી, નિરોગી સર્વને સામાન્ય રીતે સર્વ દેશકાળમા પથ્યરૂપ છે; તેથીજ તેને મર્ત્યલોકસુધા નામ આપેલ છે. છાશ જ્યારે એવા એવા ફાયદા આપે છે, ત્યારે અર્વાચીન સુધરેલા પીણા તે તે રોગોને ઉત્પન્ન કરનારાં તથા અનેક રોગોના બીજ આરોપણ કરી માનવશરીરને હીન દશાએ પહોચાડનારા માલમ પડે છે સુધરેલા પીણા પીનારા વર્ગને સ્વપ્ને પણ અનુભવ નહિ હોય કે કકડીને લાગતી ભૂખ કેવી હશે!

જે સુખ અને શરીરબળનો અનુભવ, એક ગરીબ કે સામાન્ય સ્થિતિનો માણસ બાજરાનો ટાઢો રોટલો અને છાશ કે ખીચડીનો ખાનારો જે આનંદ અને આરોગ્ય મેળવી શકતો હશે, તે સુખ ને આરોગ્ય દિવસમા ત્રણ ચાર વખત ચા, કૉફી, કોકોના ઉકાળા અને સોડાના બાટલા ચઢાવનારા મેળવી શકતા હશે?

૭૧–કિંમત અંગ્રેજીની કે શાની ગણાય?

('નવજીવન' તા. ૨૭–૪–૨૪માંથી. લેખક–મહાત્મા ગાધીજી)

મોટી જવાબદારીનો હોદ્દો ભોગવવાને સારૂ અગ્રેજી ભાષાનું કે બીજુ ભારે અક્ષરજ્ઞાન હોવાની જરૂર હોય છે; તેના કરતા ઘણી વધારે જરૂર તો સચ્ચાઇ, શાતિ, સહનશીલતા, દૃઢતા, સમયસૂચકતા, હિંમત અને વ્યવહારબુદ્ધિની હોય છે. આ ન હોય ત્યા સારામા સારા અક્ષરજ્ઞાનની સામાજિક કામમા દુકાનીભર પણ કિંમત નથી હોતી.

૭૨–"આગળ ધસો"માંથી સોનેરી વચનો

"મને વખત મળતો નથી, મને તક મળતી નથી, એવું કોઇ મહાન કાર્ય કરનાર કહેતો નથી 'તક મળતી નથી' એ નબળા અને અદૃઢ મનુષ્યોનુજ હમેશનુ બહાનુ છે. દરેક મનુષ્યને જીવનમા અનેક તક મળે છે."

× × × × ×

" માણસ ઝુપડીમા જન્મેલો હોય કે મહેલમાં જન્મેલો હોય, તે કાંઈ મહત્ત્વનુ નથી. દૃઢ હેતુનો આવેશ તેનામા હશે અને તે સ્વાશ્રય રાખશે તો માણસ, દેવ કે દાનવ પણ તેને આગળ વધતા અટકાવી શકશે નહિ।"

× × × × ×

"તમારે શુ કરવુ તે વિષે જગત કઇ કહેતું નથી; પણ તમે જે કાઇ માથે લો તેમા સર્વોપરી–શ્રેષ્ઠ બનો, એમ તેનું કહેવુ છે પહેલા વર્ગના ભલે ઉચકનાર થવું. પણ કોઇ પણ કામમા બીજા વર્ગમા

આવતું નહિ; એમાં ખરી ફતેહ રહેલી છે."

× × × × ×

"તમે શું જાણો છો અગર તમે કોણ છો, તે હાલના જમાનામા પૂછવામાં આવશે નહિ. તમે શું કરી શકો એમ છો, તેજ આ જમાનાનો પ્રશ્ન છે."

૭૩—ક્યા જર્મની ભારત કા ઉપનિવેશ થા?

('મતવાલા' તા. ૫-૧૨-૨૫; શિક્ષા-પટના)

"જર્મન" શબ્દ "શર્મન" કા અપભ્રંશ હૈ. 'શર્મન' મેં 'શ્રૃ' 'હિંસાયામ્' ધાતુ હૈ, જિસકા અર્થ હૈ મારકાટ. પ્રાચીન સમય મેં બ્રાહ્મણ અપની ધર્મરક્ષા કે લિયે યુદ્ધ કરતે થે, ઉસ સમય ઉનકા નામ 'શર્મા' અર્થાત્ ધર્મયોદ્ધા પડા. જર્મની મેં બ્રાહ્મણો કી એક મંડલી ગયી થી. ઉસીકી 'શર્મા' ઉપાધિ કે અનુસાર જર્મની કા યહ નામ પ્રસિદ્ધ હુઆ ઉચ્ચારણ કી શિથિલતા સે 'શ' કા 'જ' હો ગયા દોનો અક્ષર તાલુ સે હી બોલે જાતે હૈં. જર્મનો કે ઇતિહાસ મે લિખા હૈ કિ, વે 'મૈન' અર્થાત્ મનુ કી સંતાન હૈ. ભોર કો ઉઠકર હાથ-મુહ ધોના ભારતીય આચાર હૈ. જર્મની મેં યહ પ્રથા હૈ પહલે વહા શિખા કી તરહ કેશ બાંધતે થે રોમ-ઇતિહાસલેખક ટાસીટસ ને અપને ઇતિહાસ મેં જર્મનો કે શિખાબંધન કી ચર્ચા કી હૈ. બહુતો કી ધારણા હૈ જર્મન અપને પૂર્વજો કે ભારતીય સંસ્કાર કે કારણ હી સંસ્કૃત ભાષા કે પ્રેમી હોતે હૈં

૭૪—જરા નેપોલિયન તરફ પણ જોશો?

("મહાન નેપોલિયન"માંથી)

"નેપોલિયન મુસાફરી દરમિયાન પોતાની સાથે ગાડું ભરાય તેટલાં પુસ્તકો રાખતો અને બે-પાંચ મિનિટનો અવકાશ મળતાં પણ કાંઇક વાંચી લેતો"

"સાહિત્ય, વિજ્ઞાન કે ધર્મ-કોઇ પણ વિષયને લગતા જે જે

નવા પુસ્તકો દેશમા પ્રકટ થતા તેની નકલ તે અવશ્ય ખરીદતો. તેના-પર (મુસાફરીદરમિયાન ઘોડાગાડીમા) આખ ફેરવી જતો; અને જે પુસ્તક તેને નિરુપયોગી જેવું લાગતુ તેને તે ચાલતી ગાડીએ બારીમાથી ફેંકી દેતો; અને આ રીતે કાગળોની કાપલીઓ તથા માર્ગમા વેરાતા પુસ્તકો ઉપરથી તે કયે રસ્તેથી ગયો હશે તે જણાઇ આવતુ હતું."

૭૫–શૂરવીર પતિને મહાસતીની ભેટ

("ગાડીવ" તા ૧૪–૩–૨૬નું મુખપૃષ્ઠ)

માત્ર ગઇ કાલેજ તેમના લગ્ન થયેલા. હાથના મીંઢળ તો જાણે હજુ છૂટયાજ ન હતા, પીઠીની પીળાશ જાણે હજુ શરીરપર આછી આછી છવાઇ રહી હતી, ત્યા તો ઉમળકાભર્યા એ પતિદેવને–મેવાડના શૂરા સરદાર ચંદાવત રત્નસિંહને યુદ્ધના કહેણ આવ્યા.

શરીરે યુદ્ધના વાઘા સજી, ભેઠપર તલવાર લટકાવી કંઈક ઉદાસચિત્તે ગઇ કાલેજ પરણી આણેલી નવજોબના નવોઢાની રજા લેવા સરદારે રણવાસમાં પ્રવેશ કર્યો.

યુદ્ધના વાઘા જોઈ આખના પલકારામાં ચંદ્રમુખી બધુ સમજી ગઈ. ક્ષત્રિયની કુંવરીને યુદ્ધની શી નવાઇ ? પણ એક મહાઆશ્ચર્યે ચંદ્રમુખીના હૃદયમા તુમુલ યુદ્ધ જગાવ્યું–ચંદાવતજીને યુદ્ધે જતા વદનપર આ શી ઉદાસીનતા? મરણીઆ ક્ષત્રિયને રણે ચઢતા ક્ષોભ કેવો?

રૂપેરી ઘંટડી રણકે તેમ ચંદ્રમુખીએ નાથને સાદ કર્યો –"સ્વામીન્! સ્વપ્ને ન ચિંતવી શકાય એવું આ એક જગતનુ મહાઆશ્ચર્ય આજે ભાળુ છું. ચંદાવતોનો સરદાર રણે ચડે તે વેળા તેને હૈયે ક્ષોભ હોય? તેનો આત્મા આમ નિસાસા નાખે? અસંભવ! અસંભવ!! એ મહા આશ્ચર્યોનું આશ્ચર્ય, નાથ! સમજાવશો ?"

ચંદાવતના મુખપરની રેખાઓ સહેજ ઘેરી બની "રાણીજી! એમાં શુ આશ્ચર્ય ? હજુ હમણા મીંઢળેય નથી છૂટયા. હજી આપણી પીઠી પણ નથી ઉતરી ! ત્યા આવો પ્રસંગ ! રાણીજી ! યુદ્ધે જતા હું નથી કંપતો,

નથી ડરતો, નથી ગભરાતો; પણ હું હથેળીમા મારૂ માથું લઇને જાઉં તે ટાણે, રાણીજી ! તમારી સંભાળ કોણ લેશે ?"

'સંભાળ ?' તે વીરક્ષત્રાણિ તડૂકી: "રાજપૂતની કન્યાની સંભાળ કેવી ? મારી સંભાળ લેનાર હું સિંહણ જેવી બેઠેલી છું. નાથ! સુખેથી પધારો. જે અનાથ બાળાએ પોતાનો ઉદ્ધાર કરવા કાજે રાણાજીને સંદેશા પાઠવ્યા છે, તેની સહાયમાટે આપ ભલે પધારો. યશના આવા પ્રસંગ ઝાઝેરા હાથ નથી આવતા. પધારો અને મેવાડની તથા ચંદાવતની કીર્તિને તેજવંતી કરો !"

"તેજવંતીજ રહેશે, રાણીજી ! સલુંબરાના તે સરદારોની અક્ષય કીર્તિ ! એકજ શબ્દ ઉચ્ચારૂ છું. મારા પ્રયાણકાળે મારી એકજ સૂચના છે. રાણીજી ! ચંદાવતોના આ પરમ કીર્તિશાળી કુળની પ્રતિભામયી કીર્તિને ઝાખ લાગે એવું કશુંય આચરણ ન બને."

"એ શું ? નાથ ! હાડાની કન્યા પોતાનો સ્વધર્મ નથી સમજતી ? તમે પૂર્ણ શાંતિથી યુદ્ધે સિધાવો."

પતીપત્નીએ–ગઈ કાલેજ પરણેલા એ નરનારે એકબીજાની વિદાય લીધી. જાણે છેલ્લીજ વાર ન હોય તેમ બને એકબીજાને ભેટયાં ને હૃદયદાન દીધા–લીધાં; ને છેલ્લુ ચુંબન દેતી વેળા રત્નસિંહ બોલ્યો'– 'જાઉં છું, હાડીજી ! મેં કહી તે વાત ધ્યાનમા રાખજો. તમારૂ સ્વત્વ......!

સરદાર ગયા

આખા શહેરમા દુંદુભિનાદ થઈ રહ્યો. રાણા રાજસિંહ એક અનાથ બાળાની વહારે જતા હતા. સારૂ શહેર ગાજી રહ્યુ, નિશાનડંકા વાગ્યા અને સવારી ચાલી. નગરના નારીજનો ઝરૂખામાથી, અગાશીમાથી, બારીમાથી એ વિજયયાત્રા નિહાળી રહ્યા. હાડી ચંદ્રમુખી પોતાના ઝરૂખામાથી, એ સારૂય દશ્ય જોઈ રહી.

સવારી સહેજ દૂર ભાગ્યેજ ગઇ હશે. હાડીરાણી ઝરૂખામાંજ ઉભી ઉભી એ દશ્ય જોઇ રહી હતી. એવામા પાછળ સાદ સંભળાયો:–'રાણીજી!'

રાણી પાછું ફરી જુએ છે તો પતિનો રાવત ઉભો હતો.

'કેમ રાવત?' ઝરૂખામાંથી દિવાનખાનામા આવી પ્રશ્નસૂચક આંખોએ ચંદ્રમુખીએ પૂછ્યુ.

'પ્રણામ, રાણીજી' સરદાર ગયા. જતા જતા એક વાત આપને સભારવાનું મને કહેતા ગયા છે. રાણીજી! ચદાવતોના કુળની કીર્તિને કશુયે કલંક ન આવે, એ ધ્યાનમા રાખજો એટલા શબ્દો રત્નસિહ-જીએ કહાવ્યા છે.' રાવતે સદેશો સુણાવ્યો.

હાય! સરદારને આ શી લગની! હાડી રાણીને રોમે રોમે સતીત્વ વ્યાપી ગયું'-'રાવત! તારા સરદારને એક વસમી ચિંતા લાગી છે. હાડી રાણી પોતાની ગેરહાજરીમા શીલ કદાચ ન સાચવે એવી એ-મને ભ્રમણા લાગી છે, પણ હાડીના રુધિરનુ એક એક બિંદુ ક્યાં તત્ત્વોમાંથી ઘડાયું છે, તેની સરદારને ખબર નથી' ખીટીએ લટકતી તલવાર હાડીએ ઉપાડી અને બોલી: "રાવત' લ્યો, તમારા સરદારને કાજે યુદ્ધે જતી વખતની એક સરસ ભેટ તમને આપુ છું, તે તેમને આપવા લઇ જજો. આ ભેટમા એમની સર્વ ભ્રમણાઓનો સંપૂર્ણ જવાબ છે. લ્યો, આ ભેટ સરદારને દઇ દેજો."

રાવત 'હા હા' કરતો આગળ ધસે તે પૂર્વે પેલી તલવાર હાડીના ગળાની આસપાસ ફરી વળી. સતીના શરીરમાથી જાણે તેજની એક જ્વાળા પ્રગટી નીકળી. જૂદા પડેલા મસ્તકને એ ધડવિહોણા હાથે ઝાલી રાવતના હાથમા આપ્યુ અને પોતાનુ છેલ્લુ કર્તવ્ય બજાવીને એ ધડ ધબ દઇને ભૂમિપર પડ્યું.

× × × × ×

પોતાના હૃદયની એકજ નિર્બળતા કાજે ચદાવત સરદારે પોશ પોશ આસુ સાર્યા; ને હાડીરાણીના એ મસ્તકને હૃદયદેશે સ્થાપવા તેમણે ચોટલા-વડે તેને ગળામા ધારણ કર્યુ. તે દિવસથી સ્વર્ગમા આતુર નયને વાટ જોઇ રહેલી એ વીરાગનાને ભેટવા તેનો પ્રાણ ઝખી રહ્યો; ને-ને આત્મ-બલિદાનનો દૃઢ નિશ્ચય કરી યુદ્ધમા તેમણે પોતાની આહુતિ આપી.

૭૬—એક કેળવણીકારનો અભિલાષ

("નવયુગ" તા. ૨૦-૨-૨૫)

એક વર્ષ શિક્ષકનો ધંધો કર્યો. કેળવણીમા કંઇક જાણવાનો દાવો પણ કર્યો. પ્રાથમિક શિક્ષણના ગુંચવાડાભરેલા સવાલો ચર્ચ્યા, માધ્યમિક શિક્ષકના સિદ્ધાંતો નક્કી કરવામાટે બહુ બહુ અખતરા કર્યા, કંઇએ તત્ત્વનિર્ણયો કર્યા અને કંઇએ પ્રયોગો પણ કર્યા. બધી મહેનતને પરિણામે એકજ સત્ય લાધ્યુ છે.

આપણા દેશની દશા પલટાવવામાટે દરેક શિક્ષકે, દરેક શિક્ષણશાસ્ત્રીએ, દરેક કેળવણીકારે આપણા લોકસમૂહસુધી પહોચી વળવું જોઇશે. ગમે તેટલી સંખ્યામા અને ગમે તેટલી શાસ્ત્રીયતાવાળી નિશાળો ચલાવો; પરતુ સમાજના કેટલા અંશને સ્પર્શી શકાશે? અને આપણી બૂમો ક્યાસુધી પહોચે છે? લોકના ઝુપડામા તે સંભળાઇ છે? કેળવણી મારફત દેશનો ઉદ્ધાર ઇચ્છનારા આપણે કેળવણીને ક્યાસુધી પહોચાડી છે, તેનો ખ્યાલ આપણને નથી આપણે તો સમાજના **ઉપલા પડનેજ માત્ર સ્પર્શી શકયા છીએ, ભીતરમાં તો હજી એટલું બધું ભર્યું છે કે ત્યાં પહોંચી તેને નજરે નિહાળીએ ત્યારેજ ખરી ખબર પડે.**

શિક્ષકે સ્થાવર-જગમ બન્ને પ્રકારની નિશાળો ચલાવવી પડશે. ગામને ગોદરે તેની નિશાળ હોય તો પાણીને શેરડે પણ તેની નિશાળ હોય; ઢેડની શાળ પાસે તેની નિશાળ હોય તો ગામના દેવમદિરે પણ તેની નિશાળ હોય; કણબીની ગમાણમા તેની નિશાળ ચાલે તો સાથે સાથે લુહારની કોઢે પણ હોયજ, ભગી-ચમારના ફળીઆમા તે નિશાળ દેખાય અને બ્રાહ્મણના યજ્ઞકુડ પાસે પણ નજરે આવે આમ હોવા છતા પણ ગામને ચોરે ગામના છોકરાછોકરીઓને ભેગા કરીને તે અક્ષરજ્ઞાન પણ આપતોજ હોય.

શિક્ષક એટલે ગામડાનો સેવક, શિક્ષક એટલે ગામડાનું સુ-

ધરાઇ ખાતું, શિક્ષક એટલે ગામડાની કૉર્ટ, શિક્ષક એટલે સમાજસુધારક, શિક્ષક એટલે દેવમંદિરનો પૂજારી અને ધર્મગુરુ, શિક્ષક એટલે ભંગીનો ભાઈ અને ખેડુતનો મિત્ર ! શિક્ષકની આ ભાવના આપણામા જાગશે ત્યારેજ કેળવણીદ્વારા સ્વરાજ્ય લેવાનાં આપણા સ્વપ્ના સાચા પડશે પ્રભુ ! સર્વ શિક્ષકોમા, સર્વ શિક્ષણશાસ્ત્રીઓમા, સર્વ કેળવણીકારોમા આ ભાવનાનો ઉદય કરો.

૭૭–જીવતા-જાગતા જોગીઓ

("સૌરાષ્ટ્ર," તા. ૨૦–૨–૨૬)

સ્વામી સર્વદાનંદજી

આ ઉત્સવની વિશિષ્ટતા એના સાધુસમુદાયમા હતી. કોઇ વેદવ્યાસ જેવા લાગતા, કોઈ જ્ઞાનના કુબેર ભંડારી જેવા દીસતા. જેને વચને વચને અમી ઝરતુ, જેના વાક્યે વાક્યે શાસ્ત્રો સમજાતા એવા સ્વામી શ્રી સર્વદાનંદજીના વ્યાખ્યાન જેમણે જેમણે સાભળ્યા, તે ખધાય, સારો દિવસ સૂર્યની ગરમીથી તપી ગયેલ ભૂમિને ચંદ્રિકાની શાંતિ મળે અને ખુશ ખુશ થાય તેમ, સર્વદાનંદજીની વાગ્ધારાથી તૃપ્ત થતા હતા; અને એ કોઈ રાજસન્યાસી નહોતા. એ પુરુષને વસવાને ટંકારાની મહેલાત મળી હતી, પણ એ તો ત્યાગનો પૂજારી ! એ કહે કે, મારે તો આ મહેલાત ન ખપે, અમે સન્યાસીને તો "શૈય્યા ભૂમિતલ." ટંકારાની મહેલાત છોડી આર્યનગરના તંબુમા એ અને એમની જમાત વસવા ચાલી. તંબુમા આવી એ આજ્ઞા કરે છે કે– 'ભૈયા પંદર પાવડા લાવો.' 'સ્વામીજી આપ એને શું કરશો ?' 'સારે શુ અમે અહીં મફતનુ ખીચડું ખાવા આવ્યા છીએ ? મંડપમા પાણીનો તોટો છે, પણ ધરતી માતાના અમી કાંઈ તૂટયા છે ? અમે બધા સન્યાસીઓ નદીમાં વીરડા ગાળીશું અને ખાધેલુ હક્ક કરીશું.' નદીમા બે-ચાર વીરડા ગાળ્યા પછીજ એ સ્વામીએ નિરાત કરી.

સર્વદાનંદજીના જ્ઞાનની સીમા નથી. એમની વાણીની મીઠાશનો જેમ

પાર નથી, તેમ એમની સાદાઇ પણ અપરંપાર છે. એમને ગુરુપદ નથી જોઇતું. એમને રાજમાન્ય–લોકમાન્ય નથી થવું; એ તો જ્ઞાનની પરબ માંડીને બેઠા છે! કોઈ બી આવો, કોઇ તૃષાતુર આવો, એ પરબના પાણી રાજા અને રૈયત સૌ કોઇને માટે એકસરખા દુઃખહારી છે.

સ્વામી શ્રદ્ધાનંદજી

આર્યસમાજી સાધુ વળી રામાયણની કથા કરતા હશે? જગત પણ કેવું ભ્રમમા ભમનારૂં છે? આર્યસમાજી હોય એ તો રામાયણ અને મહાભારતનો ભક્ત હોય. આર્યસમાજ એ આપણી આર્યતાને વિકસાવવા-ખીલવવા જન્મ્યો છે અને રામાયણમા–રામમા, સીતામા, લક્ષ્મણમાં અને ભરતમા–જે આર્યતા છે એવી કયા ગ્રંથમા કે કયા જીવનમા છે? સંન્યાસી શ્રદ્ધાનંદજી એટલે રામાયણના અભ્યાસી, પૂજારી અને કથાકાર ! સંસારમા અને સસારોદ્ધારની પ્રવૃત્તિમા શ્રદ્ધાનંદજીને આજે જે વેશ પહેરવો પડ્યો છે, તે ઉપરથી શ્રદ્ધાનદજી એટલે રામાયણના અભ્યાસી એ વાત લોકને નવાઇભરી લાગતી હતી; પણ જ્યારે એમણે રામાયણનું રહસ્ય સમજાવ્યું, ત્યારે આખા સમુદાયમાં એટલી શાંતિ અને તૃપ્તિ હતી, કે શ્રોતાઓને એમજ થઈ ગયુ કે, ટંકારામા આપણું આવવું સફળ ઉતર્યું.

બાકી શ્રદ્ધાનંદજી એટલે તો નગ્ન સત્ય! એમની કડકાઇ એમના સદા બીડેલા હોઠ અને ભાગ્યેજ સ્મિત કરતું મુખ કહી દે છે. જગત એ એક માયા છે. એ માયા ચાલ્યાજ કરવાની છે. એની આપણને શી ચિંતા છે? આપણે તો કોઇ પણ સ્થિતિમા આનંદમાજ રહેવું; એ પ્રકારની સદા હસતી મૂર્તિ સ્વામીજીની હતી. એ તો કોઇ જગતની વેદનાથી ત્રાસી ગયેલો, દુષ્ટોના નાશની લાખ હીકમતો ગોઠવતો, મજબૂત ડગ ભરતો કોઇ પહાડ ચાલ્યો આવે, તેમ ટટ્ટાર ચાલ્યો આવતો પુરુષવર છે. કેટલાક બોલે છે ત્યારે બોલતા નથી લાગતા, રડતા લાગે છે! કેટલાક બોલતા નથી પણ હસતા લાગે છે! અંદરની આગને કોઇપણ ઉપાયે દાબી રાખતા બોલતા હોય અને જ્યારે બોલી નાખે, ત્યારે આગ વર્ષાવતા હોય એવા શ્રદ્ધાનદજી લાગે છે.

'સ્વામીજી ! એ શબ્દો ઉપદેશના સંભળાવે તો ઠીક !" સભામાના કેટલાક ક્ષત્રિયોએ ઇચ્છા બતાવી.

"હા, હું સાભળુ તો છું કે, કાઠિયાવાડમા ક્ષત્રિયો ઘણા છે; પણ હું તો કયાય ક્ષત્રિય જોતો નથી. ક્ષત્રિયોને મારે શું સંભળાવવુ? આ તમારી આસપાસ તો બધી વાણીઆવટ હુ જોઇ રહ્યો છું. ક્ષત્રીવટ છે કયા ?" આપણા કાઠિયાવાડના માધાતાઓને પહેલે ઝપાટે સાફ સાફ કહી દેવાની–સભાસન્મુખ આમ બોલવાની હિમત સંન્યાસીજ કરી શકે અને તે પણ સ્વામી શ્રદ્ધાનદજીજ કરી શકે. એ પુરુષના આ ભૂમિમા પગલા એ કાઠિયાવાડનું ભાગ્ય હતું દુ ખની વાત એટલીજ બની કે, પોતાનો પ્રવાસ અત્રે લબાવી શકયા નહિ એમ થયું હોત તો અવશ્ય એમના દર્શન અને ઉપદેશનો લાભ લઇ સૌરાષ્ટ્ર કૃતાર્થ થાત.

ધન્ય યુવક ડૉકટર આનંદપ્રિયજી

ટંકારાના મહોત્સવમા એક પુરુષ એવો હતો, કે જેના ચહેરા ઉપર નિર્દોષતા અને આનંદના બસ ફુવારા ઉડતા છતાયે, એની સાથે વાત કરે અગર એનું વ્યાખ્યાન સાભળે તો જાણે કે એના અંતરમાં કોઈ કારમી વેદનાની આગ બળી રહી હતી; એનું સ્થૂલ બટુકડુ–નાનકડું હતું, પણ એની અ દર કોઇ પહાડી આત્મા વસી રહ્યો હોય એવું ભાન એ કથની સાંભળી થયા વિના રહે નહિ. ઉમરમા એક જુવાનીઓ માત્ર હતો, પણ ભલભલા પ્રૌઢ મરદોને શોભાવે એવું સુદર કાર્ય એણે એના ખાતે જમા કરાવ્યું છે. એ પુરુષ તે વડોદરાના પ્રખ્યાત તત્ત્વચિંતક અસ્પૃ જોદ્ધારક માસ્ટર આત્મારામજીના ચિરંજીવી ડૉકટર આનદપ્રિયજી ! એમણે શુદ્ધિસંબંધમા જે વ્યાખ્યાન સભામંડપમાં આપ્યું, તે સાભળીને નામર્દોને પણ પાનો ચઢે–અંધશ્રદ્ધાળુને પણ આખો આવે એવું તેજસ્વી હકીકતવાળું કમકમાટી ઉત્પન્ન કરાવે તેવું હતુ. મલબારના બે લાખ અસ્પૃશ્યોની તેણે વાત કરી. મલબારના અસ્પૃશ્યો કાંઈ ઢેડભંગીઓ નથી. તેમાંથી તો હાઇકૉર્ટના જડજો, વકીલો અને સ્કૂલમાસ્તરોના થોકેથોક નીકળ્યા

છે–અંગ્રેજી ભાષાના પંડિતો પાક્યા છે. બ્રાહ્મણ ચાલતો હોય તેનાથી ચાળીસ ફુટના અંતરમાં આ લોકો આવી ન શકે, એવી રૂઢિ ત્યાં છે સ્પર્શ કરવાની તો વાતજ શી? પણ હિંદુ–આ કેળવાયેલો હિંદુ તેમની નજદીક આવી ન શકે, તેમના ઉપરના આ જુલમે એમને એટલા રોષમાં લાવી મૂક્યા કે કાં તો તે બધા આજે મુસલમાન હોત અને કાં તો તેઓ ખ્રિસ્તી હોત. આનંદપ્રિયજી ત્યાં બે માસ રખડી આવ્યા. આપણા બ્રાહ્મણોને પગે પડ્યા, તેમની પાસે રડી પડ્યા, હિંદુધર્મની વહારે આવવા આજીજીઓ કરી અને છેલ્લે એ અસ્પૃશ્યોને આર્યસમાજમાં લેવાની પદ્ધતિ જે સ્વામીશ્રી શ્રદ્ધાનંદજીએ નક્કી કરી તેનો પ્રચાર કરી, તે બે લાખ મનુષ્યોને હિંદુધર્મનો ત્યાગ કરતાં છોડાવ્યા. એ બધું કામ એ પચીસ વર્ષના જુવાનના હિસાબે છે એ જુવાનને આપણા સૌના વંદન હો!

૭૮–સૌરાષ્ટ્રનો સપૂત

("રાષ્ટ્રશક્તિ" કરાચી તા. ૧–૯–૨૫)

આદર્શ સુધારક મહર્ષિ **દયાનંદ સરસ્વતીના** પુનિત નામથી સૌરાષ્ટ્રનો શિક્ષિતવર્ગ ભાગ્યેજ અપરિચિત હોય. પરદેશી કેળવણીના પ્રચારથી ગુલામીમાં જકડાયેલી અશક્ત પ્રજાને સશક્ત બનાવવા તથા સ્વતંત્રતાના મંત્રો પઢાવવા, પ્રાચીન શિક્ષણપ્રણાલીને પોષતી ગુરુકુલાદિ રાષ્ટ્રીય સંસ્થાઓના પુનરુદ્ધારક એ પરમ યોગીથી ભાગ્યેજ કોઇ અજ્ઞાત હોય. અનેક ધર્મશાસ્ત્રોના મંથન કરી, સત્યાસત્યને તારવી સનાતન વૈદિક ધર્મ તથા ઈશ્વરના શુદ્ધ સ્વરૂપને સમજાવનારા એ ધર્મતત્ત્વવેત્તાથી કયો હતભાગ્ય અજાણ્યો હશે? ચૌદ વર્ષની કુમળી વયે મૃત્યુની અસહ્ય વેદનાઓ નિહાળી, અમરત્વને પ્રાપ્ત કરવા, સાચા શંકરની શોધમાં ગૃહત્યાગ કરી વનવાસ વેઠનાર એ બાલયોગી મૂળશંકરનું નામ સ્મરણ થતાં કોને રોમાંચ નહિ થતાં હોય? બ્રહ્મચર્યની સાક્ષાત્ મૂર્તિસમા એ તપસ્વીના દિવ્ય તેજથી ક્યા અભિમાનીને

માન મૂકી, તેના ચરણનું શરણ નહિ શોધવું પડયુ હોય ? ધર્મના મર્મને જાણનાર એ ધર્મધુરંધરના ઉપદેશામૃતથી ક્યા આર્યનું હૃદય નિસંદેહ બની ઈશ્વરપરાયણ નહિ થયું હોય ? કર્મયોગી કૃષ્ણ અને મર્યાદાપુરુષોત્તમ શ્રીરામના પુનિત ચરિત્રના ઉજ્જવલ આદર્શોનુ સત્ય સ્વરૂપ સમજાવનાર એ સત્યમૂર્તિના ઉપદેશપર કોણ મુગ્ધ નહિ થયું હોય ? આર્તનાદ કરતી ગૌમાતાના બલિદાનથી અપવિત્ર બનેલી ભારતની પુણ્યભૂમિને પુન. દેવભૂમિ બનાવવા 'ગોકરુણાનિધિ' રચનાર એ કરુણાનિધિના પુણ્યકાર્યથી કોનુ હૃદય પ્રસન્ન નહિ થયું હોય ? દયા અને આનંદના સાગરસમા દિવ્ય ગુણયુક્ત એ દેવ દયાનંદના દર્શનમાત્રથી પરાજિત થઇ, કયા દુશ્મને તે ચરણરજને સ્વમસ્તકે નહિ ચઢાવી હોય ? સ્વરાજ્યપ્રાપ્તિના સર્વમાન્ય સિદ્ધાંતોના પ્રથમ પ્રચારક એ આદ્ય રાષ્ટ્રનિર્માતાને કયો રાજયોગી (લીડર) પોતાના રાષ્ટ્રગુરુ કહી નહિ પુકારતો હોય ? લોકહિતનો સત્યોપદેશ કરતા તેમના તરફથી પ્રસાદરૂપ મળેલા ઈંટ અને પથ્થરાદિના પ્રહારો તથા વિષની વિષમ વેદનારૂપી પુષ્પમાળાને હસતે મુખે દેહપર ધારણ કરનાર એ આદર્શ સહિષ્ણુનું કોણ ઉદાહરણ નહિ લે ? એવા એવા અનેક દિવ્ય ગુણોથી વિભૂષિત એ અદ્વિતીય યોગીના પ્રાત.સ્મરણીય નામથી કયો અજ્ઞ અજ્ઞાત હશે ? ટંકારા-(સૌરાષ્ટ્ર)મા જન્મ લઇ વેદટંકાર કરવાને સરજાયેલા એ તપસ્વીનુ નામ સાંભળી કયા સૌરાષ્ટ્રવાસીનુ મસ્તક ગર્વથી ઉન્નત નહિ થતુ હોય ? છાતી વેંત વેંત નહિ ફૂલતી હોય ? આંખો હર્ષાશ્રુથી નહિ ઉભરાતી હોય ?

સૌરાષ્ટ્રવાસીઓ ! આજે ધર્મવેદીપર પોતાના આત્માનું બલિદાન દેનાર એ આપણી માતાના પનોતા પુત્રને આ અવનીપર અવતર્યાને સો વર્ષ પૂરાં થાય છે. સૌરાષ્ટ્રનો એ વીરપુત્ર સ્વદેશબંધુઓનાજ હાથથી વિષપાન કરી સ્વર્ગે સીધાવ્યો છે વીરપૂજામા અપૂર્વ આનંદ માનતી સૌરાષ્ટ્રની પ્રજા શુ એ પોતાના ધર્મવીરની પૂજા નહિ કરે ? તેના આત્મામા આરાધન નહિ આદરે ? અને સૌરાષ્ટ્રના ઓ બ્રહ્મદેવો ! તમે ? ઉચ્ચ ઔદીચ્ય કુળમા અવતરી સમસ્ત બ્રાહ્મણકુળને દીપાવ-

નાર એ તમારા બ્રહ્મબંધુનું શ્રાદ્ધ શું નહિ કરો? તેના આત્માનાં તર્પણ નહિ આરંભો? પોતાના દેશબંધુ તરફ દુર્લક્ષ્ય રાખી શું સૌરાષ્ટ્ર ધર્મભ્રષ્ટ (અનડ્યુટીફુલ) થવાનું પાતક શિરપર વહોરશે? સૌરાષ્ટ્રવાસીઓ! સુખનિદ્રામા ક્યાસુધી સૂતા રહેશો?

૭૯–કેટલીક ઘરાળુ બાબતોનું જ્ઞાન

('ચાંદ' નવેમ્બર ૧૯૨૫ ઉપરથી અનુવાદ)

માખો નસાડવાનો ઉપાય:–મ્હાના સૂકા પાનને બળતા અંગારા ઉપર બાળવાથી માખો જતી રહે છે.

ખાસડાંનો ડંખ:–જોડા કોઇ કારણથી ડંખે તો એક વાસણમા એરંડિયું રાખીને તેમા મૂકવો. એરંડિયું ચૂસી લીધા પછી તે ઠીક થઇ જશે.

લીંબુનો રસ:–લીંબુને ચીરતા પહેલા થોડી વાર ગરમ પાણીમાં મૂકી રાખવાથી તેમાથી વધારે રસ નીકળશે

માકણનો અને ઠંડકનો ઉપાય:–ગાદીતકીઆ ભરતી વખતે રૂમા થોડુ કપૂર ભેળવવાથી ગરમીના દિવસોમા તે ઠંડા રહેશે અને તેમા માકણ પણ થશે નહિ.

મીઠું ઉઘાડું ન રાખવું:–મીઠાને હમેશાં ઢાંકીનેજ રાખવુ જોઇએ, મીઠા ઉપર ઘરોળી બેસવાથી તે મીઠુ ખાનારને કોઢ થાય છે.

શાહીના ડાઘ:–લુગડાપર શાહીથી પડેલા ડાઘ તાજા હોય તો તેના ઉપર બારીક વાટેલુ મીઠું ભભરાવીને લીંબુની ફાડ ઘસવાથી તે સહેલાઈથી જતા રહે છે.

કાચનું વાસણ ફૂટે નહિ તે માટે:–કાચના વાસણમા ગરમ ચીજ રાખવી હોય તો તેની નીચે પાણીમા ભીજવેલું કપડું મૂકવું જોઇએ. આથી કાચનુ વાસણ ફૂટી જતુ નથી.

ચાકની ભૂકીવડે થતી સફાઈ:–હારમોનિયમ કે પિયાનાના પરદા સાફ કરવા હોય તો તે પર ફ્રેન્ચ ચાકની ઝીણી ભૂકી ઘસવી.

ધાતુના વાસણની સફાઈ:–શાણી સ્ત્રીઓ નીચોવેલાં લીંબુની

છાલ ફેંકી દેતી નથી, પરંતુ તે છાલને મીઠા સાથે વાટીને તેનાથી તાંબાપિત્તળની વસ્તુઓ સાફ કરે છે.

લીંબુથી જોડાની સફાઈ:–પૂના લેધરના જોડાપર પણ લીંબુ-(નીચોવેલા)ની છાલ ઘસીને લુગડાવતી સાફ કરીએ તો જોડા સાફ (પૉલીશ) થઇ જાય છે.

શાકભાજીની લહેજત:–શાકભાજી ચઢતી વખતેજ એક ચમચો ખાંડ નાખી દઇએ તો તેમા અપૂર્વ લહેજત આવે છે.

મધની પરીક્ષા:–પાણીમા મધનું ટીપું નાખીએ અને ફેલાઇ ન જાય અને એમનું એમજ રહે તો જાણવું કે તે સાચુ છે, નહિ તો બનાવટી જાણવું.

સોનીના દગાની પરીક્ષા:–સોનાનાં ઘરેણાપર નાઇટ્રિક એસીડ-ના બે ટીપાં નાખતાવેંતજ જો ધોળો ડાઘ પડી જાય તો જાણવું કે સોનીએ પોતાની કારીગરી અજમાવી છે–અર્થાત્ સોનામા ભેળ સમજવો.

અત્તરની પરીક્ષા:–કાગળપર અત્તરના બે ટીપા નાખી તેને જરા અગ્નિપર શેકવો; જો ડાઘ ઉડી જાય તો જાણવું કે અત્તર ખરૂ છે અને જો ડાઘ રહે તો જાણવું કે અત્તર બનાવટી છે.

હીંગની પરખ:–હીંગ અગ્નિમા નાખતાવેંતજ ભભકી ઉઠે તો જાણવું કે સાચી છે; પણ જરા વાર પછી ધૂમાડો નીકળે તો જાણવું કે બનાવટી છે.

કેસરની પરખ:–સલ્ફ્યુરિક એસીડમા કેસર નાખતાજ તેનો રંગ કાળો થઇને લાલ થઇ જાય તો જાણવું કે સાચું છે; પણ જો લીલો થાય તો બનાવટી સમજવું.

ટાંક અને સોય માટે:–હોલ્ડરની ટાંક અને સોય બરાબર કામ ન આપે તો તેને દીવાસળી સળગાવી જરા આંચ આપવી એટલે તુરત કામ આપશે.

શાહીના ડાઘ:–શાહીના ડાઘા ઉપર રાંધેલા ચોખા ઘસવાથી તે સહેલાઇથી જતા રહે છે.

માંકણ નસાડવાનો ઉપાય:–ખાટલાના ચારે પાયે કપૂરની પોટલી

કે ટસુના ફૂલ વા અજમો બાંધવાથી માકણ પલાયન કરી જાય છે.

ઉંદર નસાડવાનો ઉપાય:-ટર્પેન્ટાઈન તેલમા બુચને બીંજવી ઉંદરના દર પાસે મૂકીએ તો ઉંદરમામો પલાયન કરી જાય છે.

કાચની સફાઇ:-ચાર શેર ઉના પાણીમા એક મોટો ચમચો ધાસ્તેલ નાખી બરાબર મેળવીને તે પાણીથી બારી-બારણા તથા શીશાશીશીઓ ધોવાથી તે બરાબર સાફ અને તેજદાર થાય છે.

૮૦-કેટલીક ઘરઘતુ દવાઓ

(જાન્યુઆરી, ૧૯૨૫ના "ભાગ્યોદય"મા લેખક-કે. સી. મહેતા.)

કોઇ પણ પ્રકારના તાવ ઉપર:-સાત પાદડા તુલસી અને સાત કાળા મરી સવારે પાણીમા વાટીને પીવાથી અવસ્ય તાવ ઉતરી જશે.

ચોથીઓ તાવ:-બાવળના પાદડા સુંધવાથી ચોથે દિવસે આવનારો તાવ ઉતરી જશે.

પ્લેગથી બચાવવાવાળી ગોળીઓ:-લીમડાનાં પાદડા ૨ તોલા, સુંઠ, મરી, પીંપર, સિંધાલુણ, સચળ, જીરૂ અને કાળુ જીરૂં, આ દરેક એકેક તોલો અને હીંગ ૭ માસા, આ સર્વને ખાડીને ચાળી લીંબુના રસમા ખરલ કરીને ચણીબોરની બરાબર ગોળીઓ બનાવી રાખવી. આમાથી રોજ ત્રણ ગોળીઓ સવાર, બપોરે અને સાજે સેવન કરવાથી પ્લેગથી રક્ષા થાય છે.

દાંત કઢાવવા બાદ જો દર્દ થાય તો મીઠું પાણીમા ઓગાળીને કોગળા કરાવવાથી દર્દ બધ થશે.

બાળકના દસ્ત(ઝાડા) બંધ કરવા.-જરાક જેટલા ડુંગળીના રસમા બાજરીની બરાબર અફીણ ધોળીને આપવાથી બંધ થશે.

બાળકના ટાઢીઆ તાવપર:-કાળી તુલસીના ચાર પાદડા, બાવળના ચાર પાદડા અને અજમો એક માસો, આ બધાને પાણીમા ઉકાળીને ઠંડુ કરી જ્વરના ચઢવા પહેલા પાવાથી બાળકોનો તાવ ઉતરી જાય છે.

જુલાબ લેવો:–૩ થી ૧૦ વર્ષના બાળકમાટે એક તોલો એપ્સમ સોલ્ટ (વિલાયતી મીઠું) પાણીમા પાવું. દશથી પચ્ચીસ વર્ષના નવયુવકો માટે દોઢ યા બે તોલા અને પચ્ચીસથી ૧૦૦ વર્ષના પુરુષોમાટે અઢી તોલા લેવું.

પાચનશક્તિ વધે:–જમ્યા પહેલા સિંધાલુણ અને આદુ ખાવાથી પાચનશક્તિ વધે છે, ખાવાની રુચિ વધે છે; કંઠ, જીભ અને મુખની શુદ્ધિ થાય છે.

પાચક ચૂર્ણ:–સુંઠ બે તોલા, વરિયાળી બે તોલા, કાળાં મરી બે તોલા, પીંપર એક તોલો, સાંભરલુણ બે તોલા, સંચળ બે તોલા, સૂકો પુદીનો બે તોલા, તજ બે તોલા, ટંકણખાર (ફુલાવેલો) બે તોલા અને નવસાગર બે તોલા, આ બધાને વાટી, ચાળીને ચૂર્ણ કરી પછી તેમા ૧ માસો પીપરમીટનું સત્વ મેળવીને શીશીમાં ભરી બુચ લગાવીને રહેવા દેવું. આની એક માસાની માત્રા ભોજનની બાદ બન્ને વખત સેવન કરવાથી અજીર્ણનો નાશ થાય છે, ક્ષુધા વધે છે અને અન્તનું પાચન થઇને દસ્ત સાફ આવે છે.

ભૂખ ન લાગે તેનો ઉપાય:–શેકેલી રાઈ, ફુલાવેલી હીંગ, શેકેલી સુંઠ, શેકેલું જીરૂ અને સિંધાલુણ, અંદાજથી દહીંમાં નાખી ખૂબ હલાવવું અને પછી સેવન કરવું.

જો સરસવનું તેલ અને બારીક સિંધાલુણ રોજ દાતોપર ઘસવામા આવે તો **દાંતના ઉપરના ભાગમાં** કોઈ રોગ થતો નથી.

દેવતાથી દાઝયાપર:–કાચો બટાટો વાટીને મલમલના ટુકડાપર પાથરીને તેની પટ્ટી બાધવાથી આરામ થાય છે. લીમડાની છાલ બાળીને તેની રાખ ઘાવપર લગાડી દેવાથી પણ દાઝેલો ભાગ ઠીક થઇ જાય છે.

કમ્મરનું દર્દ:–ગુગળ બે ભાગ અને કાળાં મરી એક ભાગ વાટીને લગાડવાથી કમ્મરનુ દર્દ સારૂ થઈ જાય છે.

ઉલટી:–ચોખાના ધોવરામણમાં જરાક જાયફળ વાટીને પાવાથી ઉલટી બંધ થઇ જાય છે.

હડતાલનો ધૂમાડો આપવાથી **વીંછી નથી રહેતા.**

કાનખજુરો કાનમા ગયો હોય તો મીઠાનું પાણી કાનમા નાખવું.

ખસ થઇ હોય તો આમળાનું ચૂર્ણ મધમા મેળવીને ખાવું.

ખીલ જો થવાનો હોય તો લવિંગ યા કાળુ મરી પાણીમા વાટી લગાડવાથી ખીલ જોર નહિ પકડે.

નખમાં વાગવાથી તે ઉતરી ગયો હોય તો ગરમ પાણીની ધાર છોડવાથી દરદ મટી જશે.

નસ્કોરી ફુટી હોય તો માટીને પાણીમા નાખીને સુંઘવાથી બંધ થશે.

ઉંદરના ઝેરપર પાણીમા અફીણ ઘસીને લેપ કરવાથી આરામ થશે.

શરીરપર કોઈ ઠેકાણે **માંકડી કુકડી મૂતરી ગઈ હોય તો** કેરીની ખટાઇ પાણીમા ઘસીને ચોપડવાથી આરામ થઇ જાય છે.

વાઈ આવતી હોય તો અરીઠું પાણીમા ઘસીને બે–ચાર ટીપાં નાકમાં નાખવાથી છીક આવીને આરામ થાય છે.

માથામાં દર્દ થતું હોય તો બદામ ઘસીને લેપ કરવો.

(નીચલા ઉપચાર હિંદી ઉપરથી આપેલા છે.)

મરડાનો (ઝાડા સાથે લોહી–પરૂ પડે છે તેનો) ઉપાય:– કડાછાલ તોલા ૪) અને સુઠ તોલો ૧) તેનુ બારીક ચૂર્ણ કરીને તેમાથી દિવસમા બે થી ત્રણ વાર પા પા તોલો છાશ સાથે ઉતારી જવું. છાશ ન મળે તો પાણી પણ ચાલશે. આનો બીજો ઉપાયઃ– વરિયાળી તોલા ૧૦, સુંઠ તોલા ૨ાા, હીમજ તોલા ૫; આ સર્વનું ભેગુ બારીક ચૂર્ણ તોલો ૦ા થી ૦ાા સુધી દિવસમા બે વખત તાજા પાણી સાથે ઉતારી જવુ.

આંખોનો ઉપાય:–ફટકડી, સાકર અને સિંધવ, એ ત્રણે અકેક તોલો લઈ બારીક કરવી. પછી ગુલાબનું પાણી (અને તે ન મળે તો પછી સ્વચ્છ પાણી) તોલા ૪૦)મા તે નાખીને ઓગળી જાય એટલે જાડે કપડે ગાળી લઇ સ્વચ્છ શીશીમા ભરી રાખવું બંને વખત એનાં બબ્બે ત્રણત્રણ ટીપા આખોમા નાખવાથી આખો દુઃખવી,

આખોની દુર્બળતા, આંધળાપણું વગેરે રોગોમા ફાયદો થાય છે.

દુઃખતા દાંતનો ઉપાય:-આબાહળદર તોલો ০।, સાધારણ હળદર તો. ০।, ફટકડી તો. ০।, સિધવખાર તો. ০।, આ ચારેનું બારીક ચૂર્ણ કરીને તેમાથી એક માસો ચૂર્ણ લઈને લીબુની ચીરી ઉપર નાખવુ. પછી તે ચીરીને ગરમ કરીને પછી તે ચીરી દુઃખતા દાતની નીચે દબાવીને રાળનું ટપકું દેવું. બે-ત્રણ દિવસ એ પ્રમાણે કરવાથી દાતનું દરદ દૂર થઈ જાય છે

અજીર્ણ, મંદાગ્નિ, આફરો અને કબજીઆત ઉપર લાભદાયક ગોળીઓ:-લસણની કળીઓ, સફેદ જીરું, સિંધવ, સુંઠ, કાળા મરી, પીંપર, શુદ્ધ ગધક, આ દરેક પાચ તોલા અને હીગ તોલો০।।।, આ સર્વનું બારીક ચૂર્ણ કરીને લીબુના રસમા તેની ગોળીઓ બનાવી છાયે સૂકવી લેવી.

સર્વ પ્રકારની ખાંસીનો ઉપાય:-કાળા મરી તોલા ૧૦, બહેડાની છાલ તોલા ૧૦, લવિગ તોલા ૧૦, કાથો તોલા ૩૦-આ સર્વનું વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ બનાવી બાવળની છાલના ઉકાળામા તેની ગોળીઓ ચણા ચણા જેવડી કરવી અને છાયે સૂકવી લેવી. આ ગોળીઓ મોઢામા નાખીને ચાવવી નહિ, પણ ચૂસીને ઓગળે તેમ ગળે ઉતારતા રહેવું. આથી સર્વ પ્રકારની ખાસી મટે છે.

ઉત્તમ દંતમંજન:-૧-(દાલચીની) તજની ભૂકી તોલા ૪, ૨-અરીઠાની ભૂકી (બીજવગરનું) તો. ૧, ૩-ફટકડીની ભૂકી તો. ০।।, ૪-કાથાની ભૂકી તો. ૨, ૫-પીપરમીટ રતી ૧૦, ૬-અજમાનાં ફૂલ રતી ૧૦, ૭-કપૂર રતી ૨૦, ૮-ઇલાયચીના કણની ભૂકી તોલો ૧), ૯-તજનું તેલ માસા ૪, ૧૦-સફેતાનો-ચાકનો બારીક ભૂકો તો ૩૬); ઉપલામાની ૧-૨-૩-૪-૮ એ પ્રથમ બરાબર ભેગી કરવી પછી ૫-૬-૭-૯ એ ચીજો બારીક કરીને ઉપલી ચીજોમા મેળવવી. પછી સફેતાના આપેલા બારીક ભૂકામા એ બધું બરાબર ભેગુ કરી દેવુ

આ દંતમજન દાતોની ઉપરના તેમજ એક બીજાની વચ્ચે ભરાના

મેલ તથા જતુઓને સાફ કરે છે.

(નીચેના ઉપાય "વૈદ્યકલ્પતરુ" માંથી આપેલા છે.)

કબજીઆત મટાડવામાટે "દાડમપાક" નીચે જણાવ્યા પ્રમાણે બનાવીને ખાવાથી પરદેશી વિલાયતી જુલાબની ગોળીઓની માફક અવગુણ બીલકુલ થતો નથી. તાજા નવા દાડમના બીઆ શેર ૦ાા, કાળાં મરી બે તોલા, જીરૂં બે તોલા, લાલ સંચળ ૨ તોલા અને મોટી કાળી દ્રાક્ષ બીઆ કાઢેલી શેર ૧. પહેલા દાડમના બીઆને ખૂબ બારીક છુદી તેમા દ્રાક્ષને મેળવીને મસાલો પીસવાની પથ્થરની પાટ ઉપર રગડીને ચટણી જેવું બનાવવું પછી તેમા સચળ મેળવી નાખ્યા બાદ, મરી તથા જીરૂ જૂદુ કપડછાણ કરી સધળાને એકરસ કરવુ. છેલ્લે આ "પાક"ની સોપારી જેવડી ગોળી કરી કાચના વાસણમા ભરી રાખવી; અને જ્યારે જોઇએ ત્યારે તેમાથી એક ગોળી ચાવીને ખાધી હોય તો ખાણુ હજમ થશે, ભૂખ સારી લાગશે, દસ્ત સાફ આવશે અને અજીર્ણ, વાયુનુ દરદ તથા આમવાયુનો નાશ થશે.

કબજીઆતનો સહેલો ઉપાયઃ-જેઓને કોઠાની કબજીઆતને લીધે ધડી ધડી માથું દુખવા આવતુ હોય, તેઓએ યાદ રાખવુ જોઇએ કે, જે લોકો ખાઇ-પીને એક ઠેકાણે બેસી રહે છે, તેમનામાં ખાસ કરીને કબજીઆતની ફરિયાદ જોવામા આવે છે. ન પચે એવો જડ ખોરાક ખાવાની જાથુની ખરાબીભરેલી ટેવથી પણ કબજીઆત થાય છે. કબજીઆતના સહેલા ઉપાયતરીકે ગરમ પાણીમા લીબુનો રસ જેટલો લેવાય એટલો અથવા માફક આવે એટલો નાખી ગોળ કે મધ નાખી સવારના પહોરમા પીવું જૂનો ગોળ પ્રમાણ જોઈ ખાવો તેથી પણ કબજીઆત તૂટે છે. "ઓલીવ ઑઇલ" અથવા "સેલેડ ઑઇલ" ખાવાના ખોરાકની સાથે હરવખત લેવાથી જાથુની કબજીઆતથી પીડાતા માણસોને અતિશય ફાયદો થાય છે.

(નીચેનું લખનાર-ઠા૦ હંસરાજ રવજી રાણાવાવવાળા)

હરસમાટે અકસીર અને વગર પૈસાની દવાઃ-હું પોતે હરસની

બિમારીથી બહુજ પીડાતો હતો, ઘણા ઉપચારો કર્યા પણ આરામ થયો નહિ. છેવટ રાણાવાવના વૈદ્ય પ્રભાશંકર દયારામની સલાહ પૂછતા તેમણે બતાવેલા ઉપચારોથી મને આરામ થયેલ છે. જરા પણ ઇજા નથી. તદ્દન આરામ થયેલ છે.

ઉપચાર કરવાની રીત નીચે મુજબ:—પોતાના પેશાબથી હરસને દરરોજ ધોવા. દિશાએ (જંગલ) જતી વખત હરસ બહાર દેખાય તે વખતે પોતાના પેશાબથી ધોવામા આવતા થોડા દિવસમા આરામ થાય છે.

પેશાબથી ધોયા બાદ ૧૦–૧૫ મિનિટ પછી સારા પાણીથી ધોવાથી બળતરા થતી નથી. બહાર દેખાતા મસાને સારા પાણીથી ધોઈ પછી અંદર બેસાડી દેવા. ત્યારબાદ નાહી–ધોઈ પવિત્ર થઈ પ્રભુભજનમા જોડાવુ. હરસ બટકા ભરે તો તે ઉપર દહીં ચોપડવું, તેમજ સવારે દહીં પીવું; દહી ખાટુ ન હોવું જોઇએ, તે ખાસ ધ્યાનમા રાખવું. જેટલું મેં અનુભવ્યુ છે તે લખી જણાવું છું બાકી તો પરિણામ પ્રભુને હાથ છે.

(નીચેનું 'ગુજરાતી' તા. ૧–૪–૨૬ માથી લીધેલુ છે. લેખક—
યાજ્ઞિક લક્ષ્મીરામ રામજી–ધાંધળીવાળા)

આંખનાં ફુલાંનો અકસીર ઉપાય:—આખના દર્દો જેવા કે, છારી વળવી, ઝાખ આવવી અને ફૂલાનું પડવુ, એ બધાને મટાડવાનો ઉપાય ખાખરાના મૂળસિવાયનો બીજો પણ છે. ખાખરાના મૂળનો અર્ક શુદ્ધ રીતે કાઢનારા જવલ્લેજ છે. ખાખરાના ઝાડો ડુંગરમા થાય છે ઘણી વખત એમ પણ બને છે કે, ખાખરો જ્યાં નીપજતો ન હોય, ત્યા ખાખરો મળવો મુશ્કેલ પડે છે. એ અર્કની કિંમત બહુ ભારે થવા જાય છે, તેથી શ્રીમતો મેળવી શકે, પણ ગરીબવર્ગ નાણાના અભાવે મેળવી શકતો નથી. એ તો સહેલો સટ, ઝટ્ટ કામ થાય એવો ઉપાય છે કે, દરેક મનુષ્યને તે દવા આંખોને સારો ફાયદો કરી શકે અને જુજ કિંમતે મળી શકે તથા દર્દોને મટાડવાના અકસીર ઉપાયરૂપ બની શકે છે. સાબરનું શીગડુ, ગધેડાનો દાત, વડાગરૂ લૂણ (મીઠું) અને જૂનું અફીણ મેળવવુ. સાબરશીગડા

અને ગધેડાના દાતને તાબાના વાસણ ઉપર ઘસી, થયેલ ઘસારો એક ચીનાઈ માટીના ગ્લાસમાં લઇ લેવો. તાબાના વાસણપર જોઇએ તેવો ઘસારો ન ઉતરે તો પછી પથ્થરપર તે બને ઘસવા. પછી વડાગરૂ મીઠું અડદના દાણા જેટલું ઘસીને તેમા અફીણ નાખી મિશ્રણ કરી એ ચારે ચીજોનો ઘસારો વાસણમા એક દર મિશ્ર કરીને વાદળાવિનાને દિવસે બપોરે અર્ધો કલાક આખની અંદરના પેઢા અને ડોળાપર આજણીની માફક આજી સૂઈ રહેવું. એમ આંજવાથી ખાખરાના મૂળના અર્કનો ઉપયોગ કરતા દર્દ ઓછું થઇ સારૂ થતા જેટલો વખત લાગે છે, તે કરતાં થોડી મુદતમાજ આરામ થઇ જશે અને ઉપરના તમામ દરદો નાબૂદ થઇ જશે. આમા સારી ડીગ્રી મેળવેલા અનુભવી ડૉકટરો અને દેશી વૈદ્યો મેળવી સેવન કરતા પહેલા સર્વે તવંગર અને ગરીબ જનસમાજને જરા અખતરો કરી જોવા અમારી વિનતિ છે.

(નીચલા ઉપાય હિંદી "સ્રીચિકીત્સક" ઉપરથી છે.)

બરોળમાં-આકડાના પાકેલા (પીળા) પાન અને સિંધાલુણ, એ બન્નેને દેવતાપર બાળીને પછી પાણીની સાથે અથવા મધ સાથે રોજ ત્રણ માસા ખાતા રહેવાથી રોગ દૂર થાય છે.

ખુજલીમાં-આબળાનું ચૂર્ણ રોજ ત્રણ માસા મધ સાથે ખાવું.

સ્રીઓનું ધાવણ વધારવામાટે-મુનક્કા નામે મોટી દ્રાક્ષ વાટીને ઘીમા મેળવી પીતા રહેવાથી વધારે દૂધ ઉતરે છે.

અંડકોશ સૂજી આવવું:-એક તોલા ત્રિફળાના કાઢામાં ગોમૂત્ર નાખીને પીવાથી તરત આરામ થશે.

બહુમૂત્રમાં:-ઉમરડાના મૂળનું રોજ ત્રણ માસા મધસાથે સેવન કરવું.

હરસમાં:-છાશમા સિંધાલુણ નાખીને કેટલાક દિવસ સુધી લાગટ પીતા રહેવાથી રોગ નાબુદ થાય છે.

હરસના મસામાં:-રસવત, ચિનિયુ કપૂરને વાસી પાણીમા ઘુંટીને લેપ કરવો. કેટલાક દિવસ આ પ્રમાણે કરવાથી મસા સૂકાઇને આરામ થશે.

શ્વાસ, ખાંસી, કફ:-કાયફળ, મોથ, ધાણા, ભારગી, કાકડા-

શીંગી, પિત્તપાપડા, સુંઠ,વજ, હરડે, દેવદાર, રોહિસના ફૂલ–એ દરેક તોલા તોલાભાર લઇને સાત ભાગ કરવા અને એક ભાગનો કાઢો બનાવીને પીવો. કાઢામા એક શેર પાણીમાથી નવટાંક પાણી રહે ત્યારે ઉતારી લેવો. પાણી ગરમ પીવું કોઇ પણ જાતની ખટાઈ, તેલ, ઘી, ગોળ તથા અડદની ચીજો ન ખાવી.

ખરોળ ઉપરઃ–સૂંઠ, કાળા મરી, પીંપર અને સિંધાલુણ, સમભાગે લઇને કપડછાણ કરી તેમાથી બે પૈસાભાર ચૂર્ણ કુંવારપાઠાના ગર્ભમા મેળવીને ગાયના ઘીની સાથે રોજ આપવું. તેનાથી ગોળો અને ખરોળ નાબુદ થાય છે.

છએ પ્રકારના અતિસાર ઉપરઃ–ભાગરાનો રસ પાચ પૈસાભાર સાત દિવસસુધી ગાયના દહીં સાથે આપવાથી સર્વ પ્રકારના અતિસાર નાબુદ થાય છે.

બાળકોની ખાંસીમાટેઃ–જવખાર, અતિવિષની કળી, કાકડાશીગી, પીંપર, પુષ્કરમૂળ, એ સર્વનુ ચૂર્ણ મધની સાથે ચટાડવાથી બાળકોની પાચે જાતની ખાસી નાબુદ થાય છે.

શૂળ તથા પેટના સર્વ પ્રકારના વિકાર ઉપરઃ–કણઝીનાં બીજ બે તોલા, હીગ ૦। તોલો, સચળ બે તોલા, છરૂં એક તોલો, અજમો એક તોલો, સુંઠ અર્ધો તોલો, પીંપર ૦। તોલો અને ફુદીનો ૧ તોલો, એ બધાને વાટીને ઘીમા એક એક માસાની ગોળી બનાવવી. ગરમ પાણીસાથે તે આપવાથી શૂળ તથા પેટના બીજા વિકારો નાબુદ થશે.

કાનના દર્દમાટેઃ–ઘેટાનું મૂત્ર, સિધાલુણ અને લીમડાનાં પાન તલના તેલમા પકાવીને કાનમા નાખવાથી કર્ણશૂળ અને કાનના સણકા બંધ થઈ જાય છે.

દાઢના દુઃખવા ઉપરઃ–વાવડીંગને ચલમમા ભરીને તેની ધૂમાડી પીવાથી તેના ધુમાડાને લીધે દુખાવો બંધ થશે અને કૃમી હશે તો તે પણ મરી જશે.

(નીચેના અનુભવસિદ્ધ ઉપાયો અમદાવાદના પ્રાંતિક વૈદ્ય-

સંમેલનમાં વૈદ્યોએ બતાવેલા ઉપાયોમાંના રસાયણી ઉપાય પંડયા મૂકીને "ભાગ્યોદય"ના પોષ–૧૯૮૨ના અંકમાંથી લીધા છે.)

તાવઃ–અતિવિષ ૦ા તોલો, સુરોખાર ૧ તોલો, બન્ને ભેગા વાટી લૂગડે ચાળી ચૂર્ણ બનાવી રાખવું. તેના ૩ ભાગ કરી મધની સાથે દિવસે તાવવાળા દરદીને ચટાડવુ. ઉપર મગનુ ઓસામણ આપવુ, જેથી તાવ મટશે.

તાવઃ–લવીગ ૧ વાલ, મરી ૧ વાલ, લીંબોળી ૩ વાલ, એ બધું ખાંડી લીમડાના પાનના રસની અંદર ઘુંટી રતી રતીની ગોળીઓ બનાવવી. દિવસમા ત્રણ વખત બબ્બે ગોળી એમ ૭ ગોળી લેવી; જેથી તમામ જાતના તાવ મટે છે.

હિક્કા–હેડકીઃ–નેતર ઘસી પાવલીભાર પીવાથી હિક્કા–હેડકી મટે છે. સાધારણ રીતે હેડકીનું જોર ૯ દિવસ રહે છે, તેમા પેટની કબજીઆતની હિક્કા મટે છે સન્નિપાતના તાવની હિક્કા અસાધ્ય ગણાય છે.

વીસ્ફોટકની ચાંદીઃ–બશેર વડાગરૂ મીઠું અને ત્રણ શેર લીંપવાની માટી, બન્નેને સરખે ભાગે લઇ સાત ગોળા બનાવવા. તેમાનો ૧ ગોળો લાલ થાય ત્યાસુધી દેવતામા તપાવવો, પછી તેને પાણીમાં બૂઝાવી દેવો. તે છમકારેલુ પાણી ગાળીને પાઇ દેવું ઉપર ઘી, સાકર ને રોટલી ખાવા. સાત દિવસ પ્રયોગ કરવાથી વિસ્ફોટકની ચાંદીઓ મટી જાય છે.

રક્તપ્રદરઃ–ધાપાણની ભસ્મ ૧ા તોલો, સાકર અને મધ સાથે આપવાથી રક્તપ્રદર મટી જાય છે.

રક્તપિત્તઃ–ભેસની પાડીનું છાણ પાણીમા પલાળીને ઠરવા દઇ તેનો રસ કાઢી તે લૂગડે ગાળી લઇ તે પાણી સાકર નાખી દિવસમાં બે–ત્રણ વખત પાવાથી લોહી પડતુ બધ થાય છે.

ગુમડાંઃ–સુઠ, ઝેરકચોલુ ને વજ, ત્રણે પાણીમા ઘસીને લેપ કરવો. પછી મકરોડનાં પાન (તે ન મળે તો આમલીના પાન કે નગોડના પાન) છાશની પરાસમા બાફી તેને ઝીણા વાટી લૂગદી કરી વ્રણ

ાર બાધી દેવાથી ત્રીજે દિવસે વ્રણ પાકી પરૂ નીકળી જશે. પછી ા ઉપર શખજીરૂ વાટીને દબાવી દેવાથી રૂઝ આવી જશે

આંખના રોગ:-જસતના ફૂલ ૧૦ તોલા, ૦ાા તોલો એલચીના ા, ૦ાા તોલો સાકર, બેઆનીભાર શુદ્ધ મોરથુથુ, બેઆનીભાર બા-ાનો ગુદર, એ બધાને વાટી કપડેથી ચાળી પછી તેમા જસતના ા ભેળવી બે દિવસ ગુલાબજળમા ઘુટવું તેની ચણા જેવડી ગો-ાઓ બનાવવી તે ગોળી તરભાણામા પાણી સાથે ચોથો ભાગ સીને આજવાથી દુઃખતી આખો મટે છે.

પાઠું:-જાડા થોરનું મૂળ કાઢી તેનું છોડું કાઢી નાખી ગરમ પાણી-ા ઘસી પાઠાપર ચોપડવાથી પાઠું ઓગળી જશે

વાળો:-ભીલામાને સોય ઘોચી દીવા ઉપર ધરવાથી દૂધ નીકળે . તે એક-બે ટીપા પાશેર દૂધમા પડવા દઈ તે દૂધ પાવાથી વાળો ાટે છે, વાયુની ગાઠો વેરાય છે.

તાવ:-ભૂરા કોળાનો વાટકો કરી તેમા સુરોખાર નાણી તે વાટ-ા તાવમાં માથે ગરમી ચઢી માથુ ઘણુ ચઢે ત્યારે માથે મૂકવાથી બ-ારફ જેટલી ઠડક આપી માથુ ઉતારે છે ભૂરા કોળાને બદલે દુધી ાણ ચાલે. દુધીને છુંદી તેમા સુરોખાર ભેળવી તે લુગદી માથે મૂકવા-ી ઠંડક વળી તાવ ઉતરે છે.

માથું ચઢે તો:-દશાંગ લેપ ૧ તોલો, ૧૦ તોલા પાણીની અદર નાખી તેમા કપડું પલાળી તે માથે મૂકવાથી ઠડક આપે છે. દશાગ લેપમા તગર અને જટામાસી, રતાજળી, એલચી એવી ચીજો આવે છે કે જે માથાની પીડા મટાડનાર છે વળી તે રક્તપિત્તના મોજામા સારો ફાયદો આપે છે.

તાવની ગરમી:-કુંવારપાઠાનો ગર્ભ માથે રાખવાથી તે તાવની ગરમી ઓછી કરે છે; અથવા ખેતરની કાળી માટી પાણીમા પલાળી તે માથે રાખવાથી માથે ઠંડક થાય છે.

તગરની ગાઠો ઘસી બહાર લેપ કરવાથી બહારની વેદના મટાડે છે.

હિક્કા–નગોડના પાન અને લીંડીપીપરનો ઉકાળો કરવો. પાચ પાચ મિનિટે ચમચો ચમચો દવા આપવી. અડદ અને હળદર વાટી તેની બીડી પીવાથી હિક્કા મટે છે.

અણિયારનો ગુંદર અને હળદર ચલમમા પીવાથી હિક્કા મટે છે.

ઉંઘ આવે:–દરદીને ઉંઘ ન આવતી હોય તો ખોરાસાની અજમો પાચ રતી આપવાથી ઉંઘ સારી આવે છે, પેશાબ સાફ થાય છે. પોટાસ બ્રોમાઇડને બદલે મગજના વ્યાધિમા ખુરાસાની અજમો વપરાય છે.

પીપરીમૂળ અને કમળના ફૂલનો કાટો આપવાથી ઉંઘ આવે છે.

ભીલામું ફુટી નીકળે તો:–બે કેળા અને ૧ શેર દહીં મિશ્ર કરી શરીરે ચોપડવુ અને કેળા તથા રોટલી ખવરાવવાથી ભીલામાનું ઝેર બેસી જાય છે, ચાંદીઓ સૂકાઈ જાય છે.

પિત્તજવર:–ખડસલીઓ અને મોથનો ઉકાળો આપવાથી મટે છે.

શ્વાસ-ખાંસી:–બેઆનીભાર કડુ, ૪ પાવલીભાર સાકર, એકત્ર વાટી આઠ પડીકીઓ કરવી. આખા દિવસમા ૮ વખત એ આઠ પડીકીઓ આપવાથી વિષમજવર મટે છે, તેમ શ્વાસ-ખાસી પણ મટે છે.

તાવથી માથું ચઢયું હોય તો:–બકરીના દૂધ સાથે નવસાર અને સુરોખાર મેળવી માથે મૂકવાથી તાવ નરમ પડે છે.

પ્રમેહ:–હરડે તોલો ૧।, બેઢા તોલો ૧।, આમળા તોલો ૧।, જેઠીમધ તોલા ૨, એ સર્વેને ખાંડી તેનો બશેર પાણીમાં ઉકાળો કરવો. તેમા ૪ તોલા ચણાની પોટલી અદ્ધર રહે તેમ લટકાવવી. પાણી બળી જાય અને ચણા ફુલી જાય એવા તે કવાથના કૂચા સાંજે તેટલાજ પાણીમા ઉકાળવા અને તેમા ૪ તોલા બીજા ચણાની પોટલી અદ્ધર મૂકીને બાફવી. તે પાણી બળી ગયે સવાર માફક તે ચણા કાઢી ઠંડા થયે ખવરાવવા. તેની સાથે ફુલાવેલી ફટકડી વાલ બે, ચીનીકબાલાનું ચૂર્ણ વાલ ૨, ચીની સાકર વાલ ૪, ત્રણે ચીજો મેળવી બાર વાગે ૧ પડીકું આપવું અને તેવીજ રીતે રાત્રે ૧ પડીકું આઠ વાગે આપવું અને તે ઉપર પાણી પીવું. હીંગ, રાઈ, તેલ, મરચા ન ખાવા, બ્રહ્મ-

ચર્ય પાળવું. ૨૧ દિવસ આ પ્રયોગ કરવાથી પ્રમેહ મટે છે.

હેડકી:—આદાનો રસ અને મધ શ્વાસકુઠાર કે આનંદભૈરવ સાથે આપવાથી હેડકી મટે છે.

શંખદ્રાવ કાઢવો—૧ તોલો નવસાર, ૧ તોલો સુરોખાર, ૧ તોલો સિંધવ અને ૧ તોલો ફટકડી કાચી લઇ વાટી તેને એક ઘડાની અંદર નાખી તેના ઉપર ૧॥ રતલી જાડો દુંટાવાળો શીશો છતો મૂકવો. તે શીશાને તળેના દુંટામા વચ્ચે કાણું પાડવુ. તે શીશાનું તળીઉં ઘડાના મો સાથે મુલ્તાની માટીથી કપડબધ કરી સૂકવવુ. તેમ એ શીશાના મોને ઇંટનો દાટો મારીને મુલ્તાની માટીથી કપડછાણ બંધ કરી સૂકવવું. પછી તે ઘડો ચૂલા ઉપર મૂકી, તળે ધીમો તાપ આપવો. તેથી શીશામા શંખદ્રાવ ચઢશે અને તે શીશામા તળીએ જે ઉપસેલો દુંટો છે તેની આજુબાજુ ભેળો થશે જ્યારે બધો શંખદ્રાવ થઈ જાય, ત્યારે ઉતારવું અને શીશો ઠંડો થયે કાઢી લેવુ.

ધાતુપુષ્ટિ:— ચોપચીની તો. ૦॥, જાવત્રી તો ૦॥, બરાસ તો. ૦।, એકત્ર ઘુટી ૮ પડીકા કરવા માખણ અને સાકર સાથે આ દવા સવારસાજ ચાર દિવસ લેવાથી ધાતુ પુષ્ટ થાય છે.

ધોળો કોઢ—બાવચો તોલા ૧૬, ખેરસાર તોલા ૪, ત્રિફળાં તોલા ૧૦, ભાગરો તોલા ૧૦, ગળો તોલા ૫, એકત્ર વાટી તેમાથી રોજ બે તોલાનો ઉકાળો કરી ધોળા કોઢવાળાને ૧॥ માસ આ દવા આપવી. તેલ, મરચું, ખટાશ, ખાર અને મીઠુ બંધ કરવું; ખાવાને દૂધ, ભાત, રોટલી આપવાં. સાથે હરતાલ ભસ્મ એક રતી કવાથ પીતા પહેલા મધ સાથે આપવી.

લેપ—બાવચો તોલા ૧૦, હરતાલ તોલા ૪, મનશીલ તોલો ૧, ચિત્રક તોલા ૨, હળદર તોલા ૨, એકત્ર વાટી ઘુટી ગોમૂત્રમા વાટી તેનો કોઢના ચાઠાપર લેપ કરવો. તેનાથી ફોલ્લા ઉઠી પાણી ઝરીને રૂઝ આવે છે અને કોઢ મટે છે.

(નીચેના વૈદ્યક પ્રયોગ પણ "ભાગ્યોદય"ના ઉપલાજ અંકમાથી લીધેલા છે.)

ધોળા કોઢ—ધોળા કોઢ મટાડવામા બાવચી ઘણી ઉપયોગી વસ્તુ છે. ધોળા કોઢ અસાધ્ય ગણાય છે, તેના ઉપર લાબો વખત બાવચીનો ઉકાળો પીવાથી અને બાવચી વાટી ચોપડવાથી સારૂં થાય છે. બાવચી લગાડવાથી કોટના ધોળા ડાઘા કાળા પડે છે; બાવચીનું તેલ કાઢી તે કોઢ ઉપર લગાવવાથી સફેદ ડાઘો લાલ થાય છે. પછી તેનો દુખાવો થાય છે થોડા દિવસ વધુ તેલ લગાવવાથી તે ડાઘ ઉપર ઝીણી ઝીણી ફોલ્લીઓ થાય તો થોડા દિવસ દવા બંધ કરવી, જેથી ફોલ્લીઓ સૂકાઈ જશે અને ચામડી કાળી થઈ જશે. આજુબાજુનો ભાગ પણ ધીમે ધીમે ચોખ્ખી ચામડીની આકૃતિનો થઇ જાય છે.

બાવચીને મીઠા તેલમા કે કણઝીઆ તેલમા થોડો વખત પલાળી રાખી પછી પીલવાથી તેલ નીકળે છે તે તેલ કોઢ ઉપર વપરાય છે.

હરતાળ ૧ તોલો, આમળા બે તોલા અને બાવચી આઠ તોલા, ત્રણેનું વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી તેને ગોમૂત્રની સાથે ઘુટી કોઢનાં ચાઠાં ઉપર લગાડવુ, જેથી કોઢ મટે છે

ઝાડા—ઇંદ્રજવ, ધાણા અને પટોળ સરખે વજને લઈ ઉકાળો કરી તે ઉકાળો ૪ તોલા પીવાથી ઝાડા, રક્તાતિસાર, આતરડાના વ્યાધિ, ઝાડે લોહી પડવુ અને બાળકોનો સખ્ત મરડો મટે છે ઈંદ્ર-જવ ઝાડો બધ કરે છે તેમ આમનુ પાચન થાય છે. ઝાડો બંધ થવાથી પેટ ચઢતુ નથી. તાવ પણ મટાડે છે. પેટનો દુખાવો અને કૃમી પણ મટાડનાર છે.

આફરો, ચુંક, મંદાગ્નિ ઉપર સજીંકાદિ ક્ષાર—સાજીખાર ૨ ભાગ, જવખાર ૧ ભાગ અને પંચલવણ ૫ ભાગ, એ ત્રણેને વાટી બીજો-રાના રસમા કે દાડમના રસમા ખૂબ ઘુટી તે ચૂર્ણ તડકે સૂકવવું આ ક્ષાર પાવલીભાર લેવાથી જમ્યા પછી પેટમા આફરો ચઢતો હોય, ખાટા ઘચરકાં આવતા હોય અને દાત અંબાઈ ખાટા થઇ જતા હોય તો મટે છે. જઠરાગ્નિ પ્રદીપ્ત થાય છે, પેટની ચુંક મટે છે.

બાળકોની વરાધ:—અરડુસીના પાનનો સ્વરસ નવશેકો પાવાથી

અને તેના પાદડાના કુચાથી છાતી ઉપર રસ ચેાપડી ધીમે શેક કરવાથી બાળકની વરાધ મટે છે, બાળકને તાવ મટે છે, શ્વાસ જલદ ચાલતેા હેાય તેા તે મટે છે, ગળામા સમણી બેાલતી હેાય અને કફ ભરાયેા હેાય તેા તે પણ મટે છે

સાપનું ઝેર:—અરીઠાના ફળને ઘસી આખમા આજવાથી સાપનુ ઝેર ઉતરે છે.

દમ—આકડાના રવૈયાં (ફૂલ) ૧૨૫ લઈ તેમા જાયફળ ૧ તેાલેા, લવીંગ ૧ તેાલેા, જાવત્રી ૧ તેાલેા અને અક્કલગરેા ૧ તેાલેા મેળવી વાટી ચૂર્ણ કરી તેને મધ સાથે ઘુટી બબ્બે આનીભારની ગેાળીએા કરવી. તે બબ્બે ગેાળી દમના દરદીએ સવારસાજ લેવી, તેથી દમ મટે છે.

આકડાના મૂળનું ચૂર્ણ.–૬ વાલ ઉના પાણી સાથે દમવાળાને આપવાથી ઉલટી થાય છે અને ચઢેલેા દમ બેસી જાય છે પછી રેાજ ઉપરની ગેાળીએાનું સેવન કરવાથી દમ ફરીથી ઉપડતેા નથી.

કૈાવત આપનારી દવા:–અર્ધો તેાલેા એખરેા, દૂધસાકરમા સવારસાજ ઉકાળીને પીવાથી શરીરમા ઘણું કૈાવત આવે છે નબળાઇને લીધે સાધા દુ:ખતા હેાય, કળતર થતી હેાય તેા તે પણ મટે છે.

૮૧–તુલસીમાહાત્મ્ય-ધર્મ અને આરેાગ્ય

(હિંદી "સ્ત્રીધર્મશિક્ષક" ઉપરથી)

આપણા પ્રાચીન આચાર્યોએ તુલસીના છેાડને પૂજવાયેાગ્ય કેમ માન્યેા હશે? તુલસીના છેાડ પ્રત્યેક હિંદુને ઘેર અને બાગબગીચામા ઉગાડવાની આજ્ઞા શામાટે કરી હશે? કારણ એજ છે કે, તે આપણા ધર્મકર્મની સહાયક છે, અનેક કઠેાર વ્યાધિએાથી પણ તે આપણુ રક્ષણ કરે છે. આપણા સર્વના હિતાર્થે તુલસીના ગુણ વૈદકશાસ્ત્રમા નીચે પ્રમાણે બતાવેલા છે—

તુલસીના ગુણ

हिक्काकास निश्वास पार्श्वशूलविनाशन ।

पित्तकृत् कफवातघ्नः सुरसः पूतिगन्धनुत् ॥ (चरक)

અર્થ-તુલસીના પાન ખાસી, વિષવિકાર, શ્વાસ તથા પાર્શ્વશૂળનો નાશ કરે છે વળી તે પિત્તકારક, કફ અને વાયુનો નાશ કરનાર તથા દુર્ગંધનાશક છે.

कफानिलविनिःश्वासकासदौर्गंध्यनाशन ।
पित्तकृत्पार्श्वशूलघ्नः सुरसः समुदाहृत ॥ (सुश्रुत)

અર્થ-તુલસી કફ, વાયુ, વિષ, શ્વાસ, ખાસી અને દુર્ગંધીનો નાશ કરે છે. તે પિત્તકારક છે અને પડખાના શૂળને દૂર કરે છે.

तुलसी कटुका तिक्ता हृद्योष्णा दाहपित्तकृत् ।
दीपनी कुष्ठ कृच्छ्रास पार्श्वरुक्कफवातजित् ॥

અન્યત્ર પણ કહ્યું છે કે—

श्वेता च कृष्णा तुलसी तिक्तं कटूष्णो कथ्यते ।
दाहपित्तकरी हृद्यातुवरा ह्यग्निदीपिका ॥
लघ्वी वातकफश्वासकासहिक्काःक्रमाज्जयेत् ।
वान्तिदौर्गंध्यकुष्ठानि पार्श्वशूलविपापहा ॥
मूत्रकृच्छ्रं रक्तदोषं भूतबाधां च नाशयेत् ।
शूलज्वरं च हिक्कां च नाशयेदितिकीर्तिता ॥

અર્થ—સફેદ અને કાળી તુલસી તીખી, કડવી, ગરમ, તીક્ષ્ણ, દાહજનક, પિત્તકારક, હૃદયને હિતકારી, અગ્નિદીપક, હલકી તથા વાત, કફ, શ્વાસ, ખાસી, હિક્કા, કૃમિ, ઉલટી, દુર્ગંધ, કોઢ, પાર્શ્વશૂળ તથા વિષનો નાશ કરનાર, અને મૂત્રકૃચ્છ્ર, રક્તદોષ, ભૂતબાધા, શૂળ, જ્વર અને હેડકીને દૂર કરનારી છે.

अस्थिजस्य कीलासस्य तनूजस्य च यत्त्वाचि ।
दूश्या कृतस्य ब्रह्मणा लक्ष्मश्वासमनीनशत् ॥
सरूपकृत्त्व औषधे सासरूपमिदं कृधि ।
श्यामा सरूपकरणी पृथिव्या अत्यद्भुता ॥
इदमूषु प्रसाधय पुनारूपिणा कल्पय । (अथर्व)

અર્થ-ચામડી, માસ તથા હાડકામા જે મહારોગ પહોચી ગયો હોય, તેનો પણ ધોળી તુલસીથી નાશ થાય છે. કાળી તુલસી રૂપવાન કરવાવાળી છે અને તેના સેવનથી શરીરની ઉપરના ધોળા ડાઘ તથા ચામડીના અન્ય રોગ પણ નાબુદ થાય છે. પુરાણોમા પણ લખ્યું છે કેઃ-

तुलसीकाननं चैव गृहे यस्यावतिष्ठते ।
तद् गृहं तीर्थवत्तत्रि नायांति यमकिंकरा ॥
तुलसीगंधमादाय यत्र गच्छति मारुतः ।
दिशो दश पुनात्याशु भूतग्रामॉश्चतुर्विधान् ॥ पद्मोत्तर०

અર્થ-જે ઘેર તુલસીના છોડ હોય છે, તે ઘર તીર્થસમાન છે. ત્યાં યમદૂતો આવતા નથી. તુલસીની સુગંધ આપવાવાળો વાયુ જ્યા જ્યા જાય છે, ત્યાં ત્યા દશે દિશાઓને અને ચારે પ્રકારના ભૂતગ્રામને તત્કાળ શુદ્ધ કરે છે.

તુલસીની અનેક જાતો થાય છે, પરંતુ રામા (શ્વેત) તથા કૃષ્ણા (કાળી) તુલસી, એ બેજ જાતની તુલસી વિશેષે કરીને આપણા દેશમા વપરાય છે. તેનો ઉપયોગ અનેક રોગ ઉપર થાય છે.

તુલસીના અનુભવેલા પ્રયોગ

ખાંસી, જીર્ણજ્વર અને છાતીનું દર્દ-તુલસીના પાનનો રસ, કાળા મરી અને સાકર એકત્ર કરીને પીવાથી દૂર થાય છે.

વાયુ કે કફથી થયેલો ઉન્માદ-એના ઉપર તુલસીના પાન સુંઘવાથી, ચોપડવાથી તથા ખાવાથી અત્યંત લાભ થાય છે.

મૂત્રરોગમાં:-લીંબુનો રસ તેની સાથે મિલાવી તેનુ સેવન કરવાથી ફાયદો થાય છે

જીભ અને હોઠનાં ચાંદાં:-તેનાં પાન ચવડાવવાથી મટી જાય છે, મોઢાની બદબો જતી રહે છે, અવાળાં અને દાંત મજબૂત થાય છે અને દાંતનાં દરદો નાબુદ થઇ કંઠ શુદ્ધ થાય છે.

પાચનશક્તિ-તેના પાન વાટીને પીવાથી વધે છે, વાયુ શુદ્ધ થાય છે તથા શુદ્ધ ઓડકાર આવે છે તેમજ ભૂખ લાગે છે.

યકૃત, પ્લીહા અને હરસમાં:-તેને ખાવાથી અને લગાડવાથી ફાયદો થાય છે.

તેના પાન કૃમિઘ્ન છે, તેનો લેપ કરવાથી મચ્છર કરડતા નથી, તેના પાનનુ ચૂર્ણ ભભરાવવાથી **ઘામાં પડેલા કીડા** મરી જાય છે.

કૉલેરામાં:-તેના પાનની કાળાં મરી સાથે ગોળી બનાવીને આપવાથી ઉલટી અને ઝાડા બધ થઇ જાય છે.

સાપ કરડે ત્યારે:-તરતજ આશરે બેએક તોલા તુલસીના પાન દશ-પંદર કાળા મરી સાથે ઘુટીને પાવા જોઇએ તથા તેનાં પાન અને મૂળને વાટીને જે જગ્યાએ સાપ અથવા વીંછી કરડયો હોય ત્યાં ચોપડવુ જોઇએ.

સળેખમ, ખાંસી તથા છાતીનાં દરદોમાં:-કાળી તુલસીની ચ્હા અત્યંત ગુણકારી છે.

પ્લેગમાં:-તુલસીના પાનને કાળાં મરી તથા સાકર સાથે ખવડાવવાથી અને તેના પાનને શરીર ઉપર લગાડવાથી બહુ લાભ થાય છે.

શરીરના કોઇપણ ભાગ ઉપર સોજો હોય તો:-તેનાં પાન વાટીને ચોપડવાથી શાંતિ થાય છે.

તુલસીનુ નિત્ય સેવન કરવાથી:-શુદ્ધ લોહી પેદા થાય છે અને મનુષ્ય હરેક પ્રકારના રોગોથી બચી જાય છે

કોઢમાં:-તેનાં પાન ખાવા અને ચોપડવા હિતકારક છે.

તુલસી ચેપી રોગોની નાશક, કૃમિઘ્ન અને મેલેરિયા તાવનો નાશ કરવાના ગુણોવાળી છે. એવું તો આજકાલના અનેક મોટા મોટા ડૉકટરોએ અમેરિકા અને વિલાયતની પરિષદોમા સ્વીકાર્યું છે. જે વાત આપણા ઋષિઓ હજારો વર્ષ પહેલાથી કહેતા આવ્યા છે, તે જાણવાનું પાશ્ચાત્ય ડૉકટરોએ હજુ હમણાજ શરૂ કર્યું છે ભારતવાસીઓનુ સ્વાસ્થ્ય દિનપ્રતિદિન બગડતુ ચાલે છે, તેનું કારણ એજ છે કે, જ્યા પહેલા પ્રત્યેક હિંદુને ઘેર તુલસીવન શોભતા હતાં, ત્યા આજે પ્રત્યેક મહોલ્લામા તુલસીના પાચ દશ છોડ પણ જોવામા આવતા નથી!

કાળની કેવી વિચિત્ર ગતિ !

હવે અમે ભારતીય વૈદ્ય અને ડૉક્ટરોને પ્રાર્થના કરીએ છીએ કે, તેઓ ઘોર નિદ્રાનો ત્યાગ કરી ધ્યાનપૂર્વક આ મહાન સંરક્ષક અને પવિત્ર તુલસીનો પ્રચાર પ્રત્યેક ઘરમા કરાવવાના પ્રયત્ન કરે અને તેના ગુણોનું પૂર્ણરૂપે સંશોધન કરે તુલસીના અપૂર્વ ગુણો જોઇનેજ આપણા પૂર્વજોએ તેને ધાર્મિક વૃક્ષ માન્યુ છે; કેમકે તે શરીરને આરોગ્ય રાખે છે અને આરોગ્યથીજ સર્વ પ્રકારના ધર્મોનુ પાલન થાય છે.

("શ્રીચિકીત્સક" હિંદી ઉપરથી)

સર્વ પ્રકારના તાવને માટે:—કાળા મરી વાટીને તુલસીના પાનના રસમા ભીંજવી છાયડે મૂકી રાખવા. સૂકાઈ જાય ત્યારે ફરી તુલસીના રસમાં ભીજવવા. આ રીતે સાત વાર ભીંજવીને છાયડે સૂકવવા. પછી ચણા જેવડી ગોળીઓ વાળી એક શીશીમા ભરવી જેને તાવ આવતો હોય, તેણે તાવ આવતા પહેલા ત્રણ કલાક અગાઉથી કલાકે કલાકે એક એક ગોળી ગરમ પાણી સાથે ગળવાથી મર્વ પ્રકારનો તાવ જતો રહેશે.

બાળકના પેટની પીડામાં:—બાળકોના પેટમા પીડા થતી હોય તો તુલસીનાં પાનનો રસ અને આદુનો રસ બન્ને બરાબર લઈ ગરમ કરીને બાળકને પાવાથી સર્વ પ્રકારની પીડા દૂર થશે જો રોજ તેનુ સેવન કરાવવામા આવે તો બાળકોના પેટમા કોઈ પણ વિકાર કદાપિ થાય નહિ

બાળકનું પેટ ફુલે તે ઉપર:—બાળકને દસ્ત સાફ ન આવતો હોય ,અથવા પેટ ફુલી જતુ હોય તો એક તોલો તુલસીના પાનનો રસ ગરમ કરીને હશેકો હશેકો પાવાથી દસ્ત માફ આવે છે, પેટનો ગડગડાટ તથા પેટનુ ફુલવું વગેરે રોગ દૂર થઇ જાય છે

માથાની પીડામાં:—તુલસીના પાન છાયડે સૂકવીને રાખી મૂકવા. જયારે માથામા પીડા થાય, ત્યારે તેનો નાસ લેવાથી તે પીડા જરૂર દૂર થાય છે.

બાળકોના પેટના કીડાઓમાં:—તુલસીના પાનનો રસ ગરમ

કરીને પીવડાવવાથી તરતજ આરામ થાય છે.

ધાતુક્ષીણતામાં:—કોઇ પુરુષને પિશાબ પહેલા અથવા પછી ધાતુ જતી હોય અથવા સ્વપ્નદોષમા ધાતુ જતી હોય તો તુલસીનાં પાનનો રસ ૬ માસા અને દૂબ(સફેદ ધ્રો)નો રસ ૬ માસા સાત દિવસ-સુધી રોજ પીવાથી જરૂર આરામ થશે.

ટાઢીઆ તાવનો ઉપાય:—સુંઠને પાણીમા ઘસી જરા ગરમ કરી કપાળે ચોપડી, માથે ઓઢીને સૂઈ જવાથી પરસેવો વળી તાવ ઉતરી જશે તથા ઘેન મટશે.

વિષમજવરનો ઉપાય:—એક દોકડાભાર તુલસીના પાનનો રસ તથા દોકડાભાર મધ લઇ એમા મરીનો ભૂકો નાખી પીવાથી વિષમ જવર અટકી જાય છે.

રોજીઆ તાવનો ઉપાય:—ફુદીનો તથા તુલસીનો કવાથ પીવા-થી રોજીઓ તાવ ઉતરે છે.

રતાંધળાપણાની દવા:—કાળાં મરીની ઉપલી છાલ કાઢી નાખી તુલસીનાં પાંદડાના રસમા મેળવી રતીભાર ગોળી બનાવવી. તેને મધમાં ઘસી સાંજે અંજન કરવાથી બે દિવસમા રતાંધળાપણું જતું રહેશે.

૮૨–જુવાનોને પડકાર

('કડીઆસુદર્શન' રાણપુર–તા. ૧–૨–૨૬)

બંગાળી લોકસાહિત્યમા એક વાર્તા છે. મુગ્ધાવસ્થામાં ઈશ્વરી ગોદ સેવતો કોઇ બાળક બજારોના ભવ્ય ઠઠારાથી અજાઇ કંઇ કઇ ચીજો લેવા દુકાને દુકાને આથડયો ને હતાશ થઈ પાછો ફર્યો–કારણ તેની પાસે પૈસા નહોતા. ભગ્ન હૃદયે તે નિર્જન અરણ્યમા પહોચ્યો અને પૈસામાટે કરુણ આક્રંદ કરવા લાગ્યો. વનદેવતાએ તેને દેખા દીધી ને કહ્યું:–"આ પેટીમા પૂરાવાનું કબૂલ કર અને તારી આગળ સુવર્ણ-ના ઢગ ઉભા કરી દઉં." બાળક હરખાઇને પૂરાયો. પેટીના છિદ્રો-વાટે તેણે જોયું તો ચોમેર સોનારૂપાના ચળકતા સિક્કા પથરાયા હતા,

પણ ભૂખ-તરસની તીવ્ર વેદના આગળ એના સુવર્ણસ્વપ્નો સરી પડયા અને પૈસા ઉપર શાપનો પોકાર કરી તેણે અન્નપાનની-મુક્તિની માગણી કરી.

સમાજના તારણહારસમા એ તરુણો ! તમારેમાટે આ એક નીતિકથા છે. પૈસા પાછળ રચ્યાપચ્યા રહેવું એ જીવનનું ધ્યેય નથી. એ તો અનિષ્ટ બંધન છે. જીવનનો ઉદ્દેશ એથી ઉંચેરો છે, વધારે પવિત્ર છે, જીવનનુ અન્ન અને જીવનનું પાન એ ઝગઝગતી દોલત કરતા વધુ મહત્ત્વનુ છે.

અને જુવાનીમા તરવરતા તરુણોમાટે જીવન કેવુ હોઇ શકે ? બ્રહ્મચર્ય, તાકાત, હિંમત એજ જુવાનીનો ખોરાક છે. નિર્બળતા એ જીવનનું અવસાન છે. ઇશ્વરનો આદેશ છે કે, જુવાનો ! બલહીન શક્તિહીન મા થજો. જીવનનો ૧૩ થી ૨૫ વર્ષનો અંતરગાળો તો આખી જીંદગીની ફતેહનો પાયો છે. એમા વિલાસ કે વૈભવ ન જોઇએ. ટૉનિક દવાઓના બાટલા કે તીખા તમતમતા ક્ષુદ્ર ખોરાકને દફનાવવા જોઇએ. અંગકસરત-વ્યાયામ એજ સાચુ ટૉનિક છે, અખાડાઓ ને મલ્લકુસ્તી એજ સાત્વિક ખોરાક છે. વજ્રાંગ બનવુ એ જુવાનોનો અપરિહાર્ય ધર્મ છે.

જીવનના એ અમોલા સમયમા વાચન, આહાર અને આચારવિચારમા પણ નવું બળ જોઇએ. સમાજનો ઉદ્ધાર દર્શાવતુ વેગવંતું ભાવનાભર્યું સાહિત્ય, પ્રજાપ્રજાના નરકેસરીઓના પ્રેરણાવંત જીવનચરિત્રો અને પ્રજાપીડક રાજ્યોની મારમાર મહાશક્તિથી પ્રજાઓના પ્રચંડ વિપ્લવના ઇતિહાસ એજ યુવાવસ્થાનો ખરો અભ્યાસક્રમ છે, જીવનનો એ અખૂટ અન્નભંડાર છે.

અને જીવનનુ અમૃતપાન શું છે ? પ્રાર્થના ને સેવાભાવના મહાન પિતાની બંદગીમા રણચંડીનુ છુપુ બળ ભર્યું છે. સેવાની ભાવનામાંય શક્તિના દિવ્ય ચમત્કાર લપાઇ રહ્યા છે, એનો આવિર્ભાવ સમાજસેવકોને અજબ રીતે થાય છે

સમાજને-જ્ઞાતિને અત્યારે "આદર્શ"ના ઉપાસકો-પરમ સેવકો

જોઈએ છે, વિલાસના ને મર્દાનગીહીન મોજશોખના અનુરાગી, માયકાગલા તરુણોનો આ યુગ નથી બ્રહ્મચર્ય અને વ્યાયામના ખોરાકથી વજ્રકાય બનેલા, સાદા ને સેવાભાવી જીવનથી પ્રેરણા પીને જનતાના સાચા સેવકો થયેલા યુવકવીરોની જનની રાહ જુએ છે.

ઉઠો તરુણો ! જીવનમા આ મહાશક્તિ રેલાવવા કમ્મર કસો.

૮૩–જ્ઞાનચારિત્ર્યને વધારનારાં વચનામૃત

ગંગાકિનારે કૂવો શામાટે ખોદો છો ?

મારૂં હૃદય એટલુ બધું ભરાઇ આવ્યુ છે કે, મારી લાગણી શબ્દદ્વારા બતાવી શકતો નથી. જ્યાસુધી કરોડો માણસો ભૂખ અને અજ્ઞાનમા જીવન ગાળશે, ત્યાસુધી જે માણસ તેઓના ખર્ચે ભણી કેળવાયેલો બન્યા છતા, તેમના તરફ થોડામા થોડું પણ લક્ષ આપતો નથી, તેવા દરેક માણસને હું દ્રોહી ગણુ છુ. જે ધનવાનો ગરીબોનો ધાણ વાળી પૈસા મેળવી પોતાના ઠાઠમાઠવાળા પોષાકમા આમતેમ હરે ફરે છે, તેમને–જ્યાસુધી ભૂખે મરતા, જંગલી કરતા જેની સ્થિતિ કોઈ પણ રીતે ચઢીઆતી નથી એવા; વીસ કરોડ માણસોને માટે કંઇ પણ કરતા નથી, ત્યાસુધી હું દુષ્ટો ગણુ છુ × × ×

જે ધર્મ કે ઇશ્વર વિધવાના આસુ લૂછી ન શકે, અથવા માબાપવગરના નિરાધાર બાળકોના મુખમા એક રોટલીનો કટકો મૂકી ન શકે, તેવા ધર્મ કે ઇશ્વરમા મને શ્રદ્ધા નથી. ગમે તેટલા ઉમદા ધર્મતત્ત્વો હોય, ગમે તેટલું સુગંધિત તત્ત્વજ્ઞાન હોય છતા જ્યાસુધી તે પુસ્તકોમાજ છે અને મુખમાત્રથી ચર્ચાના વિષયરૂપ છે–એટલે કાર્યમા ઉતરેલ નથી, ત્યાસુધી હું તેને ધર્મ કહેતો નથી. × × × 'મારો ધર્મ' એમ કહેવામા તમે મગરૂરી લ્યો છો તે ધર્મને કાર્યમા મૂકો, પ્રભુ તમારૂ કલ્યાણ કરશે × × × × × ×

શુ તમે તમારા જાતિભાઇઓપર પ્રેમ રાખો છો ? ઇશ્વરને શોધવા તમે ક્યાં જાઓ છો ? શુ ગરીબ, દુખી અને નિર્બળ બધુંઓ

બધા ઈશ્વરો નથી? તેઓની પૂજા પહેલી શામાટે કરતા નથી? ગંગા-નદીના કિનારા ઉપર શા માટે કૂવો ખોદો છો?

('સ્વામી વિવેકાનંદના પત્રો' માંથી)

"માનવજાતિને મદદ કરવાની જેમની ઇચ્છા હોય, તેમણે પોતાના સર્વ સુખ-દુઃખ, નામ-કીર્તિ અને સર્વ તરેહના સ્વાર્થનો ગુડા-પુડો કરી પ્રથમ સમુદ્રમાં ફેંકી દેવો જોઇએ અને ત્યારપછીજ પ્રભુ પાસે આવવું એજ પ્રમાણે સઘળા સમર્થ આચાર્યોએ કહ્યું છે અને કર્યું છે."

× × × × ×

"જે જે મહાન કાર્યો થયા છે અને થાય છે, તે હૃદય અને મગજનાજ પરિણામ છે અને નહિ કે પૈસાના-અર્થાત્ નાણું કામ કરતું નથી, પણ મગજશક્તિ અને હૃદયબળજ કામ કરે છે."

("સ્વામી વિવેકાનંદ" ભાગ ૬-૭ માંથી)

ભારતવાસી! વિચાર કર કે,

"બીજાઓના આવા અધમ અનુસરણથી, બીજાઓના ઉપર આમ આધાર રાખવાથી અને આ તારી બાયલાને છાજે તેવી અધમ નિર્બળતાથી બહાદૂરોનેજ મળી શકે તેવા સુખ-સ્વાતંત્ર્યને શું તું કોઈ કાળે પણ મેળવી શકીશ?"

તું ભૂલી જતો નહિ કે,

"તારી સ્ત્રીઓનો આદર્શ સીતા, સાવિત્રી અને દમયંતી છે? જે દેવને તું પૂજે છે તે મહાત્યાગી ઉમાપતિ-શંકર છે! તારૂં લગ્ન, દ્રવ્ય અને જીવન ઇંદ્રિયસુખને માટે નથી; તેમ તે તારા એટલાનાજ સુખને માટે પણ નથી. તારો જન્મ માતૃભૂમિના યજ્ઞમાં બલિદાનને માટેજ છે; અને તારૂં સામાજિક બંધારણ પ્રભુપ્રેમનું પ્રતિબિંબજ છે"

હે ભાઈ! ગર્વથી બોલ કે,

"પ્રત્યેક ભારતવાસી-ભીખારી, અજ્ઞાની, અંત્યજ અને નિરાધાર બાળક પણ મારો બંધુ છે...મારા પ્રાણસમાન છે. ભારતભૂમિજ

મારૂં શ્રેષ્ઠ સ્વર્ગ છે અને તેના ભલામાજ મારૂં ભલુ સમાઇ રહેલું છે."

રાતદિવસ પ્રાર્થના કર કે,

"ઓ ગૌરીપતિ! ઓ જગદમ્બા ! મને મનુષ્યત્વ–શૌર્ય આપો."

(સ્વામી વિવેકાનંદ)

રાષ્ટ્રવૃક્ષનાં ખરાં મૂળ, ખરૂં દાન કયું ?

રાષ્ટ્રનાં મૂળ-સ્ત્રીઓ, બાળકો તથા ગરીબલોકો કે જે રાષ્ટ્ર(દેશ)-રૂપી મહાવૃક્ષના મૂળતરીકે છે, અને જેમની ઉત્તમતા ઉપરજ હરકોઈ દેશનો ખરો આધાર રહેલો હોય છે, તેમના શિક્ષણ તથા ઉન્નતિ તરફ તો હિંદુસ્તાનમાં કોઈ લક્ષ્યજ આપતું નથી !

ઉચ્ચ ગણાતો વર્ગ કે જે વિશેષ કરીને આ રાષ્ટ્રવૃક્ષમાં ફળરૂપે કહી શકાય, તે ફળ ઉપયોગમા ન આવતા માત્ર શોભાની વસ્તુ-તરીકે ઝાડની ઉપરજ લટકેલા રહે તેમ કરવા પાછળજ આપણે સર્વ સમય ગુમાવવો જોઇએ નહિ; નહિ તો ઉક્ત મૂળીયાં પોષણના અ-ભાવે છેકજ શુષ્ક થઇ જતા પરિણામે આખુ રાષ્ટ્રવૃક્ષજ સૂકાઇ જશે ! અને એ ફળ પણ એમના એમજ સૂકાઈ ખરી પડીને સડી જશે !

ધ્યાનમાં રાખો કે, એ શોભીતા ફળો કરતાં આ મેલાઘેલાં મૂ-ળીઆંરૂપી ગરીબલોકો, સ્ત્રીઓ અને બાળકોવડેજ રાષ્ટ્રની ખરી ઉ-ન્નતિ થનાર છે.

× × × × ×

સર્વ દાનમાં વિદ્યાદાનજ શ્રેષ્ઠ છે. જો કોઇ મનુષ્યને તમે એક-બે દિવસ ભોજન કરાવશો, તોપણ બીજે દિવસે તેને પાછી ભૂખ તો લાગશેજ ! પણ જો તમે તેને એકાદ કળા શીખવશો તો તમે તેને જીવનપર્યંતના ભોજનનું દાન કર્યા જેવું થશે; પરંતુ એ વિદ્યા, ધંધો યા તો કળા એવી હોવી જોઇએ કે તેથી કરીને તેના જીવનનું પોષણ અને સાર્થક થાય. સદાકાળ ભિખારી રહેવા કરતા જોડા બનાવવા જેવો એકાદ ઉપયોગી ધંધો કરવો એ પણ વિશેષ શ્રેયસ્કર છે !

દેશમાંના અપવાસી:-ભૂખે મરતા નારાયણોની અને મહામહે-

નત કરનારા વિષ્ણુઓની પૂજા કરો!

(સ્વામી રામતીર્થનાં લખાણોપરથી)

પરોપકારના તડાકા:—તમારા આહાર-વિહાર પાછળ, સારા-નરસા પ્રસંગો પાછળ અને મોજ-શોખ પાછળ હજારો રૂપિયા કાંકરાની માફક ઉડાવો છો અને બીજી તરફ તમારા પાડોશીના બચ્ચાંને સૂકો રોટલો પણ ન મળે! ભલે તે મરે કે જીવે, પણ આપણા ઘરના માણસો સુખી રહે એટલે બસ! અને એમ છતાં પણ તમે જીવદયા અને પરમાર્થની મોટી મોટી વાતો કરો છો!

(શ્રીરામકૃષ્ણ કથામૃતમાંથી)

બહારનો ડોળ:—બહારના ડોળથી તમે કદાચ સઘળા લોકોને થોડો વખત આંજી શકશો અથવા કદાચ થોડા લોકોને સઘળો વખત પણ આંજી શકશો; પરંતુ યાદ રાખજો કે, સઘળાજ લોકોને સઘળો વખત તો તમે આંજી શકવાના નથીજ. (લિંકન)

"બેવકૂફોનો ધાટો-એટલામાટે મોટો હોય છે કે, તેમ ન હોય તો તેમનું કોઈ સાંભળેજ નહિ." (ગ્લેડસ્ટન)

"પરોપકાર કરવો-બીજાની સેવા કરવી, ને તેમ કરવામાં જરાએ મોટાઈ ન માની લેવી, એ ખરી કેળવણી છે."

"શિક્ષણ એટલે અક્ષરજ્ઞાન નહિ, પરંતુ ચારિત્ર્યની ખીલવણી-ધર્મભાવનું ભાન."

"જગતને વધારે વિચારૂં છું, તેમ તેમ વધારે સમજાય છે કે, તવંગર થવા કરતાં ગરીબ રહેવામાં વધારે આશ્વાસન છે. × × × ગરીબાઈનાં ફળો વધારે સુંદર અને વધારે મીઠાં છે.'

"એક પછી બીજું એમ પુસ્તકો વાંચતાં છેવટે તમે અંતર-વિચાર પણ કરી શકશો."

"સુદામાજીનું ચરિત્ર તો હું વાંચી ગયો હતો. તેની અને નરસિંહ મહેતાની ગરીબાઈની હરિફાઈ કરવાનો મને ઉત્સાહ આવ્યો અને છે."

"આપણું પહેલું સૂત્ર એ છે કે, આત્માને જાણવો. એ પાઠ ભ-

ણ્યા-જાણ્યા પછી બધું પોતાની મેળે ઉકેલીને સમજી શકાશે."

"જ્યારે હું અંતકાળને કિનારે છુ એમ મને લાગ્યું, ત્યારે ગીતા-જ મારા અતરનો વિશ્રામ હતી."

"પુસ્તકોમા હુ ગુંથાયલો રહી શકતો તેથી મને બે માસ વધારે જેલ મળત તોપણ હુ કાયર નહિ થાત, એટલુજ નહિ પણ મારા જ્ઞાન-માં ઉપયોગી વધારો કરી શકવાથી હુ ઉલટો વધારે સુખચેનમા રહેત. હુ માનું છું કે, જેને સારા પુસ્તકો વાચવાનો શોખ છે, તે ગમે તે જગ્યાએ એકાતવાસ સહેલાઇથી વેઠી શકે છે." (મહાત્મા ગાંધીજી)

"જે સ્વદેશબધુઓના દુખે દુઃખી નથી થતો તે પશુથી પણ નીચ છે."

"પ્રભુની ઉદારતા ઇચ્છનારે તે પ્રભુના સતાનરૂપ આ સૃષ્ટિની સાથે ભલાઈ કરવી જોઇએ"

"મોટાઇનુ માપ ધન ઉપર નથી, પણ હૃદય ઉપર છે."

"ધનના વધવાની સાથે તૃષ્ણા પણ વધતીજ જાય છે."

"પ્રભુ સર્વની સભાળ લઇ રહ્યો છે તોપણ સમજુ માણસનો તો (તેના પોતાના કલ્યાણને ખાતર) ધર્મજ છે કે, સહાયપાત્રને સહાય આપવી."

"સંપત્તિ જીંદગીમાટે છે, જીંદગી સપત્તિમાટે નથી."

"બે માણસોએ વૃથાજ શ્રમ ઉઠાવ્યો છે, એક તો એ કે, જેણે ધન એકત્ર કર્યું છે, પરતુ તેણે ભોગવ્યું કે દાનમા આપ્યુ નથી; અને બીજો એ કે, જે ભણ્યો છે ખૂબ પણ જેણે અનુભવ મેળવ્યો નથી. આવા માણસો સોનાથી અને પુસ્તકોથી લાદેલા ખચ્ચરો જેવાં છે."

"બે માણસ જગતના મોટામા મોટા દુશ્મન છે, એક તો નિર્દય રાજકર્તા અને બીજો અજ્ઞાની ભેખધારી."

"હે બુલબુલ! તુ તો વસતની આનદવાર્તાજ કહે અને ખરાબ વાત કહેવાનું ઘુવડમાટેજ રહેવા દે."

(સસ્તા સાહિત્ય તરફની "ટૂંકીવાર્તાઓ" ભાગ ૭ મા માથી)

"સત્ય" અથવા તો જગતના "સુખ-ચેન" એ બેમાથી ગમે

તે પસંદ કરવાની તક ઈશ્વર દરેક અંતઃકરણને આપે છે એમાથી ગમે તે એકજ તમે લઇ શકશો-બન્ને એકસાથે તમને કદી મળવાના નથી."

× × ×

"હવેલીઓમા રહેનારા ઘણા માણસો અસંતોષ અને મદથી પૂછે છે કે, જીદગી આવી બોજારૂપ અને કંટાળાભરી કેમ છે? જ્યારે બીજી તરફ એવા પુષ્કળ માણસો છે, કે જેઓ ગરીબમા ગરીબ અને ઝુંપડીઓમાં રહેવા છતા પણ ઈશ્વરનો અખૂટ પ્રેમ અનુભવે છે અને માની લે છે કે, ઈશ્વરકૃપાથી આપણે નવેનિધિ અને અષ્ટમહાસિદ્ધિ છે."

× × ×

"પોતાના હૃદયના વિકાર ધોયાવિના બીજાનુ ભલુ કરવા દોડનારો માણસ, કાદવવાળા પોતાના હાથવડે બીજાનુ મો લૂછવા જનારના જેવો છે."

× × ×

"यस्यास्ति सद्ग्रंथ विमर्शभाग्यं किं तस्य शुष्कैश्चपला विनोदैः"

અર્થાત્ જેના ભાગ્યમા સારા સારા ગ્રંથો વાચવા-વિચારવાના હોય છે, તેને ચંચળ લક્ષ્મીના શુષ્ક વિનોદ શી ગણતરીમા છે?

ચારિત્ર્યની એક મુઠ્ઠી જ્ઞાનના હજારો મણ કરતા વધારે છે.

આપણી સંપત્તિનો આધાર આપણી કમાવાની શક્તિપર નથી, પણ આપણી ત્યજવાની શક્તિપર છે

તમારા પોતાના કૃત્યસિવાય બીજા કશાથી તમારી આબરૂને ખરી રીત ધોકો લાગશે નહિ.

સ્વાર્થમય જીવન ગાળવું એનું નામજ પશુતા; પરાર્થમય જીવન ગાળવું એનું નામ મનુષ્યત્વ.

ખાલી વિચારકો કરતા કાર્યવાહકોની હિંદને ઘણી જરૂર છે

પીવાના પ્યાલાને મોઢે માડતા પહેલાં ધોજો

શાળાઓનો વખત મવારસાજનો ક્યારે સાભળીયું?

મહાત્માઓના જીવનચરિત્રો એજ ખરો ઇતિહાસ છે.

મિત્રોની પસંદગી એજ યુવાવસ્થાની ખરી કસોટી છે.

પુસ્તકોનો સ્નેહ એ ઈશ્વરના રાજ્યમા પહોચવાનો પરવાનો છે.

ખરાબ ચોપડીનું વાચન એ ઝેર પીવા સમાન છે.

મહેલોથી તથા અખૂટ ભંડારથી જે સંતોષ નહિ મળે, તે સંતોષ ઉત્તમ પુસ્તકોમાથી પ્રાપ્ત થશે.

જેણે કદી ભૂલ કરી નથી, તેણે કદી કાર્ય કર્યું નથી.

એટલા બધા કાર્ય એકી સાથે શરૂ ન કરો, કે જેથી તમારૂં એક પણ કાર્ય સારી રીતે થઇ શકે નહિ.

"આપણે ક્ષુદ્ર પ્રાણી હોઇએ તેમા આપણા ભાગ્યનો નહિ, પણ આપણો પોતાનોજ દોષ હોય છે × × ગમે તેવા દુર્ભાગ્યમા પણ આપણે મોટા પ્રમાણમા ફેરફાર કરી શકવા સાથે આપણ હવે પછીનુ ભાગ્ય પણ જેવુ રચવું હોય તેવું રચવાને શક્તિમાન છીએ"

× × ×

હવે એક મિનિટ પણ ટકી શકાશે નહિ, એમ તમને લાગે અને પ્રત્યેક વસ્તુ તમારી વિરુદ્ધ જતી લાગે, ત્યારે પણ તમે પ્રયત્ન છોડી દેશો નહિ; કારણકે બરોબર તેજ સમયે કિસ્મતનુ ચક્કર ફરી જશે.

× × ×

આળસુ થઇને રાહ જોયા કર નહિ; કેમકે ભાગ્યદેવી પણ એવી આળસુ છે કે, તે પોતાની મેળે તો કદી પણ તારી પાસે આવશે નહિ.

× × ×

નિશ્ચિત ઉદ્દેશ ધરાવનાર મનુષ્યોએજ દર વખતે જગતનું સ્વરૂપ ફેરવ્યું છે.

× × ×

પાસે પાઈ ન હોવી એ કંઇ ગરીબાઈ નથી, સંસ્કૃતિનો વધારો કરનાર માણસ ભિખારીની અવસ્થામાં મરણ પામે તોપણ તે પૈસાદાર છે; અને ભવિષ્યની પ્રજા તેનુંજ સ્મારક ઉભું કરવાની

"ભાગ્યના સૂત્રો"

ગ્રંથોની શક્તિ—"ગરીબ લોકોને દરિદ્રતામાંથી બહાર ખેંચી કાઢવાની, કંગાલ લોકોને તેમના દુઃખોમાંથી મુક્ત કરવાની, ભાર ઉંચકનારને તેના બોજાનું વિસ્મરણ કરાવવાની અને બિમાર માણસોને તેમનું દર્દ ભૂલાવી દેવાની ગ્રંથોમાં જેટલી શક્તિ હોય છે, તેટલી શક્તિ ઘણું કરીને બીજી કોઇ પણ ચીજમાં હોતી નથી." "ભાગ્યના સૂષ્ટાઓ"

અત્યંત આવશ્યકતા—"લોકોની નૈતિક અને આધ્યાત્મિક ઉન્નતિ કરવા માટે પ્રાચીન ઋષિ-મુનિઓના ગ્રંથોના ભાષાંતર થવાની અને પશ્ચિમ તરફની પણ ઉપયોગી બાબતોની માહિતી દેશી ભાષામાં આપવાની અત્યંત આવશ્યકતા છે." "રાજા રામમોહન રાય"

૮૪—આંખોની સંભાળ—કેવી રીતે વાંચવું ?

---

(૧) આંખો ખેંચવી પડે એવા થોડા અજવાળામાં કદી વાંચવું નહિ.

(૨) વાંચતી વખતે ડોકું નીચું નમાવી કદી વાંચવું નહિ બરાબર દેખાત ના હોય તો ચોપડી આંખો પાસે લાવો, પણ વાંચતી યા લખતી વખતે ડોકું તો ટટારજ રાખો

(૩) આ વાત કદી ભૂલતા નહિ કે, તમારી આંખની કિંમત કોઈ પણ ચોપડી કરતાં વધારે છે અને તમારી આંખપરજ તમારા રક્ષણ તથા ફતેહનો મુખ્ય આધાર છે.

(૪) વાંચતીવખતે તમારી ચોપડી આંખોથી શુમારે ચૌદ ઇંચ દૂર રાખો.

(૫) જ્યારે જ્યારે તમે બારી આગળ અથવા દીવાના પ્રકાશથી વાંચતા હો, ત્યારે એવી ગોઠવણ કરો કે, તે અજવાળું કાં તો તમારા માથા ઉપરથી અથવા તો ડાબી બાજુથી આવે. સામો પ્રકાશ રહેવાથી આંખોનું તેજ ઘટે છે

(૬) થોડી થોડી વારને અંતરે ચોપડીની બહાર જગ વાર જોતા રહીને કે આંખો બિલકુલ બંધ કરતા રહીને તેને આરામ આપવો.

(૭) ચોપડી ઉપર સૂર્યના કિરણ પડતા હોય એવી રીતે કદી પણ વાંચવું નહિ.

(૮) તમારી આંખો સવારસાજ ચોખ્ખા અને ઠંડા પાણીથી ધોજો અને ફરવા જાઓ ત્યારે લીલા ઘાસ અને દૂરના ઝાડો તરફ લાબી નજર નાખજો.

(૯) આગગાડીમાં અથવા દોડતી ગાડીએ કદી વાચવું નહિ.

(૧૦) હીંચકો કે આરામખુરશીપર બેસીને કદી વાચો નહિ, ટટાર બેસીનેજ વાચવું.

(૧૧) જે દીવેથી વાચો તેનો પ્રકાશ પૂરતો અને સ્થિર હોવો જોઇએ અને તે પ્રકાશ આખોપર ન પડતા ચોપડીપર પડે તેવી રીતે કાગળ કે કપડાની આડ રાખવી.

(૧૨) સીનેમેટોગ્રાફ તમારી આખો બગાડશે

૮૫–નિર્જનતાને આરે

(લેખકઃ–વાસવાણી, "સૌરાષ્ટ્ર" તા.૨૮–૧૧–૨૫)

નિર્મળ આસ્માન નીચે, કોઇ વેરાન ગામને તીરે, તેની નિર્જનતાને મારી બંદગીના સૂરોથી ભરતો હું ઉભો છું. પાસેજ નદીમા પ્રલય–તોફાન ગાજે છે અને ઝંઝાવાતના ભીષણ ધમસાણ ધુધવે છે; પણ એથીયે વિશેષ ભીષણ ધમસાણ તો મારા અતરમા મચ્યા છે, કારણ કે મારી માતાના વદન ઉપર વિષાદ છવાયો છે

પક્ષીઓ તેમના મધુર ગીત ગાય છે અને વન વનમાથી કલ્લોલના સૂર ઉઠે છે, સુધાકર સુધા વરસે છે અને તારકો તેમનો સૃજનજૂનો સંદેશ પાઠવે છે; પણ મારા અંતરમા ઉદ્વેગ ઉભરાય છે, કારણકે મારી જનની જંજીરોનું દુ.ખ વેઠે છે.

કૃષ્ણચંદ્રના અને બુદ્ધ ભગવાનના આર્યાવર્તમા લાખોના પગમાં બેડીઓ પડી છે, કરોડો ક્ષુધાથી પીડાય છે. આર્યાવર્ત જગતસન્મુખ ચીંથરેહાલ, ગમગીન, દીન બનીને ઉભો છે. તેનો એ અમર સંદેશ, વિશ્વની સંજીવનીસમો એ પ્રભુ–પ્રબોધિત ધર્મ ઉદ્દબોધવાને આજે આર્યાવર્તના હોઠ પણ ઉઘડતા નથી; અને એથી મારા અતરમા

વેદનાનો દાવાનળ સળગે છે. કારણ કે મારી માડીના બાળકો અકિંચન છે, કારણ કે મારી જનનીનુ ઘર લૂટાય છે, કારણ કે મારા બંધુઓ ઉપર દરિયાપારના વાસીઓએ આક્રમણો આદર્યા છે.

છતાએ, આ પુરાતન દેશના દુઃખનો કિનારો દૂર નથી, એવી આશાની વાણી ગિરિ-શિખરોપરથી સંભળાય છે અને આપણી લડતને અંતે માતાને શિરે વિજયનો મુગટ મંડાશે એવા પ્રેરણા-વચન ભારતના પયગંબરો ભણે છે.

ફરી વાર પક્ષીઓ તેમના મધુર ગીત ગાય છે અને વન વનમાથી કલ્લોલના સૂર ઉઠે છે, સુધાકર સુધા વરસે છે અને તારકો તેમનો સૃજનજૂનો સંદેશ પ્રકાશે છે. એ નીરખી મારા અંતરમા આશા ઉભરાય છે, ઉત્સાહની ભરતી ચઢે છે, શ્રદ્ધા પ્રગટે છે.

આર્યાવર્તના ઓ પુત્રપુત્રીઓ ' ઓ સર્વપુરાતન ભારતવર્ષના સંતાનો ' જાગો, અને પ્રભાતના પ્રકાશથી ઝળહળતા તમારી જનનીના-ભારતમાતાના તેજસ્વી મુખારવિંદના દર્શન કરો, એ જગતકલ્યાણિની જગદંબાની પૂજા કરો

૮૬-પ્રાતઃકાળની શાંતિ-રોજ વહેલા ઉઠો.

(લેખક-વેલજી દેવરાજ, "લોહાણા હિતેચ્છુ"-તા ૧૭-૧૨-૨૫)

પ્રાતઃકાળનો સમય આખા દિવસમા સૌથી અગત્યનો, આપણા જીવનની પ્રફુલ્લતા અને નિર્મળતાનો નિયામક છે. પ્રાતઃકાળમા આપણું મન કોરા કાગળ જેવુ ઉપાધિરહિત, ખીલતા પુષ્પના જેવું હોય છે.

જેવી રીતે માનવજીવનમા બાલ્યાવસ્થા એ આખા જીવનના બીજારોપણનો ભાગ છે-મૂળ છે, તેવીજ રીતે આખા દિવસમા પ્રાતઃકાળ એ મૂળરૂપ છે. જેનું બાલ્યજીવન સંસ્કારી ન થયુ તેનુ પછીનું જીવન જેમ મોટે ભાગે નિરર્થક જાય છે, તેમ જેણે પ્રાતઃકાળ ફોગટ ગુમાવ્યો તેનો આખો દિવસ એળે જાય છે.

પ્રાતઃકાળમા ઉઠતાની સાથે એકાગ્રચિત્તે ઇશ્વરસ્મરણ કરી આપણા

હૃદયના દ્વાર પરમાત્મા તરફ ખુલ્લા રાખી અપૂર્વ શાન્તિપૂર્વક શુદ્ધ ભાવનાવડે સ્તુતિ કરવાથી આપણુ જીવન દૈવી, નિર્મળ અને ઉપાધિ-રહિત થાય છે. આપણા જીવનને ઉત્તમ બનાવવામાટે પ્રાત.કાળનો સમય કિંમતીમા કિંમતી છે.

ગઇ કાલના બધા દુખોનું વિસ્મરણ થતા, બધા દુંખો મટી જઇ આજે પ્રાત:કાળથી શાતિપૂર્વક જીવનની શરૂઆત કરવાથી આપણું હૃદય હલકુ થાય છે. જે કારણોથી દુખો ઉત્પન્ન થાય તે કારણો દૂર કરી નિર્મળ જીવન ગાળવા પ્રયાસ કરવાથી અપૂર્વ શાતિ પ્રાપ્ત થાય છે.

દરરોજ નવો આરભ થાય છે, દર સવારે નવી દુનિયા જન્મે છે. દુંખ અને પાપથી કંટાળેલા એ મનુષ્યો ! જુઓ, જુઓ, તમારે વાસ્તે તેમજ મારે માટે–દરેકને માટે આશાનુ નવુ કિરણ સ્ફુરે છે.

ભૂતકાળ ભૂતમા લીન થઇ ગયો, કામ થઇ ગયા, આસુ રેડાઈ ગયા, ગઇ કાલની ભૂલો ગઈ કાલે ઢાકી દીધી, ગઈ કાલના અસહ્ય ઘા શાંતિજનક રાત્રિના પ્રભાવથી રૂઝાઇ ગયા.

પ્રાત કાળના સમયમા કેટલી બધી પ્રેરણા રહેલી છે ! જો પ્રાતઃ-કાળના સમયનો સદુપયોગ કરવામા આવે તો આપણા જીવન–ઘણા ટુંક સમયમા વહેલા ઉઠવાથી મન એટલુ બધું પ્રફુલ્લિત રહે છે અને તે સમયે કરેલી શુદ્ધ હૃદયની પ્રભુપ્રાર્થના એટલી બધી સફળ નિવડે છે, કે જેથી આપણું જીવન કાઇક ઓર પ્રકારનું બની જાય છે, આપ-ણા જીવનમા નવીન પ્રકારનું જોર આવે છે, આપણા જીવનમા નવીન પ્રકારની શાતિ આવી જાય છે અને આખા દિવસના કાર્યોમા પણ સફળતા મેળવી શકાય છે.

જ્યારે જ્યારે આપણે પ્રમાદને વશ થઇ પ્રાત કાળનો સમય ગુમાવી નાખીએ છીએ, ત્યારે ત્યારે આખા દિવસની રસિકતા ખોઇ બેસીએ છીએ; એટલુંજ નહિ પણ આખો દિવસ લગભગ નિરર્થક જાય છે.

જેમણે પ્રાત કાળમા નિયમિત રીતે ઉઠવાની, ઉઠીને ક્રમાનુસાર નિત્યકર્તવ્ય કરવાની યોજના ઘડી રાખી છે અને તે પ્રમાણે જે વર્તે

છે, તેમના જીવનમા ઘણા પ્રકારે ફેરફાર થયેલો આપણે પ્રત્યક્ષ જોઇ શકીએ છીએ.

જે વિદ્યાર્થી પ્રાત કાળમા વહેલો ઉઠી પોતાનો અભ્યાસ કરે છે, તે પોતાના અભ્યાસમા સફળતા પ્રાપ્ત કર્યાવિના રહેતો નથી પ્રાત-કાળના એક કલાકની સરખામણી ત્યારપછીના બે–ચાર કલાક સાથે પણ કરી શકાય નહિ; કારણકે તે વખતે પુષ્કળ શાતિ હોય છે અને કોઈપણ પ્રકારની ઉપાધિ ન હોવાથી ઘણું સારું કામ થઇ શકે છે.

પ્રાતઃકાળમાં વહેલા ક્યારે અને કેવી રીતે ઉઠી શકાય? આ પ્રશ્ન આપણને સહેજે ઉપસ્થિત થશે. જેવી ટેવ પાડીએ તેવી પડી શકે છે. જો સવારે વહેલા ઉઠવાની ટેવ ન હોય તો પહેલા એકાદ બે માસ બહુજ મુશ્કેલ લાગશે; પણ ટેવ પડી ગયા પછી એટલો બધો આનંદ થશે અને તે ઉપરાત જીવનમા પ્રફુલ્લતા આવી જશે કે બે માસ સુધી ભોગવેલી મુશ્કેલી સહેજે ભૂલી જવાશે.

કેટલાકને સવારે વહેલા ઉઠાડવાની જરૂર પડે છે, ત્યારે કેટલાક ઘડિયાળમા ઘટડીની ચાવી રાખી ધારેલા સમયે ઉઠી શકે છે. આ બધું છતા નીચેની બે બાબતોપર ખાસ લક્ષ્ય આપવાની જરૂર છે; કારણકે તે બાબતો પ્રમાણે વર્તવામા આવે તો વહેલા ઉઠવાની ટેવ પાડવાનુ સુગમ થઈ પડશે.

૧–રાત્રે સૂતા પહેલા ઓછામા ઓછા બેથી અઢી કલાક પહેલાં જમી લેવું જોઇએ. જમીને તુરત સૂવાથી મોડું ઉઠાય છે

૨–રાત્રે સૂતી વખતે સવારે વહેલા ઉઠવાનો દઢતાપૂર્વક નિશ્ચય કરવાથી ધારેલે સમયે ઉઠી શકાય છે

પ્રત્યેક વાચક આ બાબતપર વિચાર કરી પોતાના જીવનમા ઉતા-રશે, તો તેમને ફાયદો થયા વિના રહેશે નહિ.

૮૭—સ્ત્રીજાતિના હૃદયને જરૂર સમજજો, નહિ તો મોટા ગુન્હેગાર થશો.

(હિંદી માસિક 'ગૃહલક્ષ્મી' ઉપરથી)

મહાભારતમાં કહ્યું છે કે.—સ્ત્રી એ પ્રકૃતિની પુત્રી છે. તેના તરફ તુ કોપદષ્ટિથી જોતો નહિ. તેનું હૃદય કોમળ છે. તેનાપર વિશ્વાસ રાખ.

જે ઘરમાં સ્ત્રીઓનુ માન નથી હોતું, તે કુળનો નાશ થઈ જાય છે.

કોઇ કહે છે કે, માતા મોટી છે; ત્યારે કોઇ કહે છે કે, બાપ મોટા છે. મારા મત પ્રમાણે માતાજ મહાન છે; કેમકે તે સંતાનોના પાલનપોષણ જેવું કઠણ કાર્ય કરવા છતા પણ તેનું મુખ અને ચિત્ત પ્રસન્ન દેખાય છે.

બાયરન કહે છે કે:—પુરુષો ભલે હજારો કામ કરે છે; પરંતુ સ્ત્રીઓ તો માત્ર પ્રેમ રાખે છે અને પોતાની આખી ઉમર તેમાજ વીતાવે છે.

બાલનક કહે છે કે:—સ્ત્રી, પ્રેમ, સરળતા, એ એકજ ચીજનાં જૂદા જૂદા નામ છે

શેકસપિયર:—પુરુષ, એજ સ્ત્રીનું સૌભાગ્ય છે, એ વાત ખરી; પરંતુ જો તે પતિ સ્ત્રીપર પ્રેમ ન રાખે અને તેની સભાળ ન લે, તો તેની એવીજ હાલત થાય છે, કે જેવી હાલત એક જીતી લીધેલા માણસની કાળજી કે પરવા નહિ કરવાથી ખરાબ થાય—તેવી હાલત તેની થાય છે. એવી સ્થિતિમા તે સ્ત્રીની આખોનુ તેજ મદ પડી જાય છે અને તેના જીવનનો નાશ થાય છે. આ પ્રમાણે થવા છતા પણ એ સ્ત્રીજાતિની ખુબી તો એ છે કે, તેને અદર ને અંદર કોરી ખાવાવાળો ઉપલો જે રોગ મહાદુખી રાખે છે, તેની બીજા કોઇને ખબર પણ પહોચવા પામતી નથી. જેમ એકાદ ઘાયલ કબુતર પોતાની પાખો ઢાંકી દઇને પોતાનો ઘા છુપાવી રાખે છે, તેજ પ્રમાણે સ્ત્રી પણ તેના શોક અને દુર્ભાગ્યને પુરુષવર્ગથી છુપાવી રાખે છે. પરિણામ એ આવે છે કે, તે આ પ્રમાણે ઝુરી ઝુરીને મરી જાય છે!

ટામ્સરે કહે છે કેઃ—ઓ દેવિ ! તુ રાત્રિનો તારો અને દિવસનો હીરો છે. તુ ઝાકળના બિંદુ જેવી છે, કે જેનાથી કાંટાના મુખ પણ મોતીથી ભરાઇ જાય છે. જ્યારે તારી આંખોનું તેજ અમારા હૃદયને શાંત કરતુ નથી, ત્યારે રાત્રિદિવસ અમારેમાટે નિ:સત્વ છે અને ઉદાસીનતાથી ભરેલા રહે છે.

મેથ્યુન હેરી:—સ્ત્રી પણ પુરુષના હૃદયથીજ ઉત્પન્ન થઇ છે,કાંઇ તેના મસ્તકમાંથી તે નથી ઉપજી કે તે પુરુષના ઉપર રાજ્ય ચલાવે. તેના હૃદયથી ઉત્પન્ન થવાને લીધે તે તો સદા તેના—પુરુષના ઉપર પ્રેમજ રાખે. એ તો પુરુષના હાથ નીચેથી ઉત્પન્ન થયેલી હોવાથી પુરુષજાતિના રક્ષણ નીચેજ રહે છે.

લૉર્ડ બેકન:—જે સ્ત્રી પતિવ્રતા હશે, તેનામાંજ આત્મગૌરવ—સાત્વિક સ્વાભિમાન જણાશે, રહેશે.

હુરમુજ કહે છે કે—સુંદર અને સદાચારિણી સ્ત્રી પરમેશ્વરની સૃષ્ટિનુ સર્વોત્તમ અને બહુમૂલ્ય રત્ન છે, કે જેને માટે દેવો પણ અભિમાન લઇ શકે છે

ગોલ્ડસ્મિથ કહે છે કેઃ—સ્ત્રી, એ તો કાંટાળી ઝાડીને ફુલવાડીમાંજ ફેરવી નાખે છે ! અરે ! એ તો ગરીબમાં ગરીબ માણસના ઘરને પણ "સંસારનું સુશીલ સ્વર્ગ" બનાવી દે છે !

લ્યુથર કહે છે કેઃ—મેં વારવાર જોયુ છે કે, જો સ્ત્રીઓ કાંઈ પણ રસ્તે ધર્મશિક્ષણ—શુભ શિક્ષણને પ્રાપ્ત કરે છે, તો તેમનામાં વિશ્વાસ, ઉદ્યમ, સાહસ અને ભક્તિના ગુણો પુરુષો કરતા કેટલાગે વધી જાય છે.

એલેક્ઝાન્ડર સ્મિથ કહે છે કેઃ—જ્યારે હું કોઇ દેવીને જોઉં છું, ત્યારે હુ જાણે ઇશ્વરની સન્મુખ ઉભો હોઉં, એમ મને લાગે છે. ઇશ્વરે આ સંસારમાં તારાઓ બનાવ્યાને લાખો વર્ષ વીતી ગયાં; પણ તુ (સ્ત્રીજાતિ) તો તેની છેલ્લામાં છેલ્લીજ (બહુ આવડત અને કારીગરીવાળી) જણાય છે. તુ તો ચંદ્રની શાંત ગેહાની છે, તેની શીતળ સ્નિગ્ધ કોમળ ચન્દ્રિકા છે. તું તો હૃદયની શાંતિ છે. પવાસી પુત્રિ !

તુ આજેજ એવી છે, તો પછી મોટી થયા પછી તો વળી કેવી થઇશ તે કલ્પી પણ કેમ શકાય!

પોપ કહે છે કે:–સ્ત્રીઓનું હૃદય હમેશા કોમળ અને શાંત હોય છે. તેમનામા ક્રોધ તો હોતોજ નથી.

મિલ્ટન:–શાળાઓનું મહાનમા મહાન શિક્ષણ પણ તેના–માતા તરફના શિક્ષણ આગળ તુચ્છ છે, અને મોટા વિદ્વાન શિક્ષક પણ તેના આગળ તો ચકલીના ચીં ચીં જેવા છે. સુયોગ્ય માતાની તુલનામાં તેની બુદ્ધિ અને માન, એ તો સાચા મોતી આગળ સાધારણ પેથ્થર હોય તેવા માલમ પડે છે. તેનું હૃદય પ્રેમ અને નીતિનુ ઘર છે અને તેની દૃષ્ટિમાંથી એટલુ અમીતેજ ઝરે છે, કે જેને જોઇને સ્વર્ગના દેવતાઓ પણ તેને વંદન કરે છે!

કાર્લીટન:–એવી કયી ઉંચાઈ છે કે જયા સ્ત્રી ન ચઢી શકે? એવું કયું સ્થાન છે કે જયા તે ન જઇ શકે? હજારો અપરાધને તે ક્ષમા આપી શકે છે. કોઇ પણ વાતમા તે એક વાર નિશ્ચય કરી લે, એટલે પછી સંસારની કોઈપણ શક્તિ તેને રોકી શકે તેમ નથી અને તેને કોઇની પરવા પણ હોતી નથી. ઓ દેવિ! તારા સિવાય સસારના પુરુષોના શા હાલ થાત? પુરુષની નિરાશા, દિલગીરી, દુ ખ, દરિદ્રતા એ બધાં મળીને પણ તારા હૃદયમાથી પ્રેમભાવને છીનવી લઇ શકતા નથી!

લૉર્ડ આસ્કર ચાર્લી કહે છે કે:–સ્ત્રીજાતિના પ્રતાપેજ આપણે ન્યાય અને ધર્મની મૂર્તિ બનીએ છીએ. તેની દિવ્ય જયોતિજ આપણા હૃદયના અવગુણોને દૂર નસાડી દે છે.

અનાતોલ ફ્રાન્સ કહે છે કે:–સ્ત્રી કોઇપણ પ્રકારનો વાયદો નથી કરતી; પરતુ ઉલટી તે તો સમય આવતા પતિને માટે પોતાનું સર્વસ્વ સમર્પણ કરે છે. બીજી બાજુપર પુરુષ બહુ વાયદા કરે છે અને વળી વખત આવ્યે અવળા પણ થઇ બેસે છે!

રવીન્દ્રનાથ કહે છે કે:–સુશીલ સ્ત્રી ઈશ્વરનો સૌથી ઉત્તમ પ્રકાશ છે અને તેના થકીજ તે સસારની શોભા વધારી રહ્યો છે.

દ્વિજેન્દ્રલાલ કહે છે કે:-કોઇ દુષ્ટ સ્ત્રી સાથે લગ્ન થવું, એ તો સંસારમા સૌથી મહાન દુ:ખ છે, કે જે દુ ખદ્વારા ઇશ્વર પાપીઓને પણ ડરાવે છે-ધમકાવે છે.

અજ્ઞાત:-દેવીઓ ઇચ્છે તો સ્વર્ગને નરક અને નરકને સ્વર્ગ બનાવી શકે છે, ધનવાનને નિર્ધન અને નિર્ધનને ધનવાન બનાવી શકે છે.

એવું કયું કામ છે કે જે સ્ત્રીઓ ઇચ્છે ને ન કરી શકે? અને એવી કયી બાબત છે કે જે તેની શક્તિની બહાર હોય?

સ્ત્રીરૂપી પુષ્પની પ્રેમરૂપી સુગંધ સમસ્ત સંસારને સુગધિત કરે છે અને પુરુષોને ગમે તેવી સ્થિતિમાથી પણ શાત-સુખી બનાવી દે છે.

૮૮-પાણી સ્વચ્છ કરવાના કેટલાક ઉપાય

('ગૃહલક્ષ્મી'માથી; લેખિકા -કુમારી મુક્તાવલી)

વરસાદમા ઘણી ખરી જગાએ પાણી ગંદા થઇ જાય છે. ગલીકુંચી, મોરી વગેરે અપવિત્ર સ્થળોના પાણી નદી-તળાવોમા જઇ મળે છે, કૂવાઓમા પણ કોઇ ને કોઇ પ્રકારે આવાં તેવા દૂષિત પાણી પહોચી જાય છે. વર્ષાઋતુમા ચોખ્ખુ પાણી પીવાનુ ન મળે તો ભાદરવા-આસોમા તાવની દહેશત રહે છે. આપણી બહુ ઓછી બહેનો પાણી સાફ કરી જાણે છે, તેથી હું તેમના હિતને ખાતર અત્રે કેટલાક ઉપાયો લખું છું.

૧-સાધારણ રીતે પાણી ગંદુ હોય અને તેમા કોઇ પણ જાતના કીડા (રોગોત્પાદક જતુ) હશે એમ લાગે, તો એવા પાણીને તાબાના વાસણમા ૧૦-૧૨ કલાક સુધી રાખી મૂકીને પછી ગાળીને પીવાથી રોગનો ઓછો સંભવ રહે છે ગાંઠીઆની મરકીના સમયમા તો તાબાના વાસણનું પાણી અત્યત નિર્ભય મનાયુ છે; કેમકે પ્લેગના-ગાંઠીઆ તાવની બિમારીના જતુઓને મારવાની તાબામા કોઈ અપૂર્વ શક્તિ રહેલી છે. આપણા પૂજા વગેરેના વાસણો ઘણેભાગે તાબાના રાખવામા ઋષિમુનિઓનીજ બુદ્ધિ અને ડહાપણ રહેલા છે. તેઓ કોઇ પણ બાબત સિદ્ધાતસિવાય કરતા નહોતા

૨–પાણી જો વધારે ગંદુ અને રંગીન (લાલ–પીળુ) થઇ ગયું હોય તો એક ઘડા પાણીમા એક અથવા અર્ધી નિર્મળી (નિર્મળી એ એક જાતના ફળની બીજનું–બીનુ નામ છે અને તે સર્વ ઠેકાણે મળે છે.) ઘસીને પાણીમા સારી રીતે ભેળવ્યા પછી બે ત્રણ કલાક સુધી તેમાની એ ભેળવણી તેમજ જે કાઇ મેલા જંતુ વગેરે હોય તે નીચે ઠરી જવા દેવુ અને પછી ઉપરનુ સ્વચ્છ પાણી નીતારી તથા ગાળી લઇને પીવું. ગંદામા ગંદુ પાણી પણ આવી રીતે નિર્મળ–સ્વચ્છ કરી દેવાના ગુણને લીધેજ તેનુ નામ 'નિર્મળી' પડયુ છે. કહે છે કે, બદામની બીજમા પણ ઉપરોક્ત ગુણ છે; પરંતુ આ લખનારે તેની કદી અજમાયશ નથી કરી. આપ ઇચ્છો તો અનુભવ કરી શકો છો.

૩–આ ઉપાય બહુ સરળ છે. ગંદા પાણીના વાસણમા થોડોક પારો નાખો એટલે પાણી સ્વચ્છ થઇ જશે; પણ આ પ્રયોગ બાળકવાળા ઘર અથવા જ્યા ઘણાં માણસો એકજ ઘરમા રહેતા હોય, ત્યાં સાવધાનીપૂર્વકજ કરવો જોઇએ, નહિ તો બાળક તેને કોઇ ખાવાની વસ્તુ સમજીને ચપાટી જાય અથવા તમારાથીજ ભૂલમા કોઇને પાઇ દેવાનો સંભવ છે.

૪–જંતુઓને દૂર કરવામાટે પાણીને ઉકાળીને પછી ઠરવા દઇ પીવું જોઇએ. આ પ્રકારે સર્વ જાતના જંતુ દૂર થાય છે, એમા શંકાજ નથી, પણ એની સાથે સાથે પાણી પણ સત્વહીન થઈ જાય છેજ; કેમકે તેમાની કુદરતી ઓજસ–શક્તિ ઉકાળવાથી નાબૂદ થઇ જાય છે, છતા પણ જ્યા રોગની દહેશત હોય ત્યા તો ખરાબ પાણી પીવા કરતા ઉકાળેલું પાણી પીવુ એજ સારૂં છે.

૫–કૂવાને પણ સાફ રાખવાના ઉપાય બતાવીએ છીએ. કૂવામાં પરમેંગનેટ ઑફ પોટાસ નાખવાથી પાણી સાફ થાય છે. આ એક અંગ્રેજી દવા છે અને ભારતવર્ષમા સર્વ સ્થળે તે મફત વહેંચવામાં આવે છે. તે નાખવાથી બાર કલાક સુધી પાણી પીવા યોગ્ય રહેતું નથી; કેમકે તે લાલ થઇ જાય છે. એ પાણી લાલ રંગનું મટી જઇ સફેદ રંગનું થઇ જાય, ત્યારેજ તેને પીવાલાયક થયેલુ સમજવું જોઇએ.

૮૯—રામનવમી—રામજયંતિનો ઉત્સવ

("કર્મભૂમિ" તા. ૨૨-૪-૨૬ નો અગ્રલેખ)

(વાચનાર! પ્રત્યેક રામનવમીના દિવસે નીચે આપેલા ઉતારાઓ વાચવા-વચાવવાનુ, સાભળવા-સભળાવવાનુ ચૂકતાજ નહિ)

"રાવણના સેનાની છત્રની છાયાતળે અસુરો ઉન્મત્ત બનેલા હતા; રાક્ષસી સુર્પણખા આખા દેશને પોતાના ભીષણ અને કારમા નખોથી ભયંકર રીતે ઉઝરડી રહી હતી; રાવણના સુબા-ખર અને દૂષણ-દેશભરમા અનીતિનુ સામ્રાજય માડી રહ્યા હતા કુભકર્ણ પ્રજાના મોટા ભાગને આખો ને આખોજ ગળતો હતો."

"ઇશ્વિરપરાયણ સાત્વિક બુદ્ધિવાળા વિભીષણે રાવણી રાજ્યના અધર્મની સામે માથુ ઉપાડ્યુ, પરતુ સામ્રાજયના મદથી ઉન્મત્ત થયેલા રાક્ષસોને વિભીષણના વેણસામે કાન ધરવાની ફુરસદ નહોતી-પરવા નહોતી. રાવણ તો પોતાના મહારાજ્યના દશવિધ ખાતાઓમા એકમુખીજ કારભાર ખેડતો હતો, પ્રજામા એક શબ્દસુદ્ધાંયે બોલવાની સત્તા નહોતી-તાકાદ નહોતી, ને પોતાના નાનકડા બેટમાં બેઠેલો રાવણ અનેક વેળાએ ગર્વથી છાતી ફુલાવતો."

"રાવણ માનતો હતો કે, 'હુ જગતભરતનું ભલું કરવાનેજ સરજાયેલો છું. મારી સત્તા સર્વોપરિ છે, મારૂ બળ અતુલ છે, મારી સસ્કૃતિ સર્વશ્રેષ્ટ છે. પ્રજાને રંજાડીને-તેને નીચોવીનેય જગતના સુખોનો ઉપભોગ કરવાનું મારે કાજે સુલભ છે.' રાવણની આસપાસના કારભારીઓ રાવણના આ ગર્વને-તેના આ પાપને-પોષવામાજ પોતાના જીવનની ઇતિકર્તવ્યતા સમજતા હતા."

"ને રાવણની લકાના માણસોની મનોદશા પણ કેવી હતી? બિચારા લોકો માનતા હતા કે, ધર્મનું પાલન એ તો દુર્બળ લોકોનુજ કાર્ય છે! ધર્મના બધા ઇજારા-ધર્મની બધી ભાવના-ધર્મના બધા કાર્યો-રાજા અને રાજ્યમાજ સમાગેલા છે! સમ્રાટોની શક્તિઓ તો ધર્મથીયે

શ્રેષ્ઠ છે. સામ્રાજ્ય પોતાના હાથમા વિજયપતાકા લઇને જ્યારે જ્યારે ઘુમી રહે છે, ત્યારે ત્યારે ભગવાન દિવસના ચંદ્રમાની પેઠે આકાશના કોઈ ખૂણામાજ સતાઇ રહે છે"

બહુ થયુ, રાવણના પાપનો ઘડો ભરાઇ ગયો, ધરતીમાતાપરનો પાપનો ભાર અસહ્ય થયો. ધરતી સળવળી સરજનહારને શરણે ગઈ. ધરતીમાતાએ વેણ કાઢ્યા-"કૃપાનાથ! આ પાપનો ભાર હવે નથી સહેવાતો, મારા ખોળાપરના માનવીઓની આસ્થા ભૂકો થઇ છે, તપસ્યા અને ધર્મપાલનનુ આજની દુનિયામા નામેય નથી, સુરાપાનની આજે છોળો ઉડી રહી છે. વાતાવરણના અણુયે અણુમા અત્યાચાર વ્યાપી રહ્યો છે. લકાની રાષ્ટ્રદેવી પહોરે પહોરે હજારો માણસોનો ભક્ષ માડે છે, દેવો સતાઇ ગયા છે. નાથ! સર્વનાશ આવ્યો છે. બચાવો!"

"અને જગદીશ્વરે પૃથ્વીને આશ્વાસન આપ્યું· 'દેવિ' શ્રદ્ધા રાખ. મનુષ્યોમા ઇશ્વિરી અશ પ્રકટ થશે. વાનરોને હાથેજ રાવણ પરાભવ પામશે. વજ્રકાય, વજ્રકૌપીન બાળકો દેશમા પ્રગટ થશે, ધર્મની જાગૃતિ થશે. આ બધાને કારણે પરમાત્મા પ્રકટ થશે'"

"પછી તો દશરથે તપસ્યા આદરી-ધર્મનો તેણે અગ્નિ ચેતાવ્યો. યજ્ઞપુરુષે પાયસરૂપી ચૈતન્ય આપ્યુ થોડાક ચમત્કારો થયા, કોઇ આગાહીઓ ઉઠી ને આવતા અવતારને ચરણે માથું નમાવવાને જનતા અધીરી બની."

"પાપનો ક્ષય થયો, ધર્મનો ઉદય થયો, અવતારની ઘડી આવી લાગી ને ભગવાન રામનો જન્મ થયો. કેવો તે દિવસે પ્રજાનો આનંદ!"

"રાવણ અને તેના રાક્ષસી કારભારીઓના અત્યાચારો તો જેવા ને તેવાજ ચાલતા હતા. કાચનમૃગ મારીચની રાક્ષસી માયાનો સત્યાનાશ હજી નહોતો મડાયો; પણ રામનો જન્મ થયો હતો ને! પ્રજાએ ઉત્સવ માડ્યા."

"પરઘુરામા પીડાતી પ્રજાને રામજન્મનો આનંદ અનેરો હતો-અપૂર્વ હતો. રામ એટલે સત્ય, રામ એટલે ક્ષમા, રામ એટલે દયા ને રામ એટલે ધર્મ અને અસ્તેય!"

"રામે પોતાનું અવતારકાર્ય શરૂ કર્યું. પિતાના એક બોલને ખાતર

રામે રાજ્ય છોડ્યું, ધોબીને સંતોષવાને રામે સીતાને તજ્યાં; અન્યાય, અધર્મ અને અત્યાચાર સામે રામે દુશ્મનાવટ માડી. જનતાએ રામજન્મમા પોતાની મુક્તિ દીઠી, સ્વાતંત્ર્ય જોયું, ધર્મરાજ્ય દેખ્યું."

"ત્યારથી તે આજસુધી જનતા રામજન્મનો ઉત્સવ માડે છે તે અમસ્તો નથી"

૯૦—ભારતીય સેવકો અને આગેવાનો !

તમને કેમ આવી રાષ્ટ્રસંતતિની સુંદર સેવા નથી સૂઝતી ?

(હિંદી માસિક "ગૃહલક્ષ્મી" ઉપરથી)

અનાથ બાળકોને, તેમજ જેમના પાલનપોષણનુ માતા પાસે પૂરતું સાધન નથી હોતું તેવા બાળકોને, ફ્રાન્સમા "રાષ્ટ્રસંતાન" કહેવામા આવે છે. ફ્રાન્સમા રાજ્ય તરફથી એવા કેટલાએ આશ્રમો ચાલે છે, કે જ્યા ગરીબ માતાઓ અને બીજાઓ બાળકોને મૂકી જાય છે.

આ બાબતમા ફ્રાન્સ પાસેથી બીજા રાષ્ટ્રોને ઘણુ શીખવાનુ છે ફ્રાન્સના લોકો સ્વીકારે છે કે, એવી ઘણી પરિસ્થિતિઓ છે કે જેમા સ્ત્રીને પોતાના બાળકનો ત્યાગ કરવો અનિવાર્ય થઈ પડે છે. આથી ત્યા રાજ્ય તરફથી એક એવો વિભાગ ખોલવામા આવ્યો છે, કે જેથી બાળહત્યા કરવા કરતા સ્ત્રીઓ પોતાના બાળકને રાષ્ટ્રને હવાલે કરી દે; પણ પ્રથમ તો સ્ત્રીઓ પોતેજ પોતાના સંતાનનું પાલનપોષણ કરે, એવો પ્રયત્ન કરવામા આવે છે. આવા આશ્રમોમા એક દરવાજો એવો હોય છે, કે જે સ્ત્રીની જતી વખતે ઉઘડે છે અને તે અંદર પહોચે છે એટલે તરતજ બધ થઇ જાય છે આ રીતે સ્ત્રી એક એકાત ઓરડામાં પહોચી જઇને ત્યા તે કેટલીક વારસુધી એકલી રહે છે અને દિવાલો ઉપર ટાગેલી હકીકતો વાચે છે. એ હકીકતો વાચતાં વાચતા તેને સમજાય છે કે, બાળક રાષ્ટ્રને આપી દીધા પછી તેને તે ફરીથી પાછું લઈ જઇ શકશે નહિ. વળી રાષ્ટ્ર તેને કેવી રીતે પાળશે-પોષશે તે વાત પણ તેને સમજાય છે. એ પછી થોડી વારે તેને બીજા ઓરડામાં આશ્રમ-

ના મંત્રી–સેક્રેટરી પાસે બોલાવે છે. સેક્રેટરી પ્રથમ તો તેને બાળકનું પાલન–પોષણ જાતેજ કરવા સમજાવે છે તથા તેને રોજગાર વગેરે શોધવાની યુક્તિઓ બતાવે છે, અને સ્ત્રીને તે વાત પસંદ નજ પડે, તોપછી તે એક કાગળ લખીને તૈયાર કરે છે અને તેના ઉપર સ્ત્રી પોતાની સહી કરે છે અને બાળકને તેમને હવાલે સોપે છે. એ પછી અમુક વખત સુધીમા તે પોતાનો વિચાર ફેરવતી નથી, તો તે બાળકના ગળામા એક સફેદ મણકાની માળા પહેરાવવામા આવે છે અને તે ઉપરથી તે રાષ્ટ્રની મિલ્કત ગણાય છે.

૯૧–શિવાજી કી પ્રતિજ્ઞા

જનની સમાન, જન્મભૂમિ કષ્ટ પા રહી,
જકડી પડી અનાથ અશ્રુ હૈ બહા રહી;
કોઇ નહીં સહાય, હાય હાય કર રહી,
તન છીન, મન મલીન દીન આહ ભર રહી;
સબ પાશ કાટકર ઇસે સ્વતંત્ર બનાઉં,
તબ મૈં યથાર્થ હી શિવાજી વીર કહાઉં. ૧
આયે ન આર્યવર્ત મેં યે શત્રુ–ભૂપ હૈં,
ઉતરે મનુષ્યવેષ મેં નિશિચર સ્વરૂપ હૈં;
મંદિર બીગાડ, ઘર ઉજાડ કર સતા રહે,
હિંદૂ સ્રિયોં ને કયા ન અત્યાચાર હૈં સહે;
ઇનકે સિરોં કી ભેંટ ભવાની કો ચઢાઉં,
તબ મૈં યથાર્થ હી શિવાજી વીર કહાઉં. ૨
કીતને કુલોં કી માન મર્યાદા વિનષ્ટ કી,
સીમા નહીં હૈં ગાય બેચારી કે કષ્ટ કી;
મેરી પવિત્ર માતૃભૂમિ દલિત હો રહી,

માલિક બને હૈં આજ ઉસકે કોઇ ઔર હી;
ઈનકા મિટાઉં નામ હિંદૂ નામ બચાઉં,
તબ મૈં યથાર્થ હી શિવાજી વીર કહાઉં. ૩
કિતને સિરોં સે ચોટિયાં જબરન ઉતાર લીં,
બદલે મેં ચોટિયોં કે યા ગરદન ઉતાર લી;
ક્યા ક્યા કહું હા! સોચતે હી દિલ દહલ જાતા,
બાહેં ફડકતી ખૂન આંખોં ઉતર આતા;
ઇનકો પરાસ્ત કર વિજય કે કેતુ ફહરાઉં,
તબ મૈં યથાર્થ હી શિવાજી વીર કહાઉં. ૪
ઐસી લગાઉ આગ યવનવન વિનાશ હો,
ઈસ અંધકારમેં પુનઃ સુંદર પ્રકાશ હો,
ઉલટી બહાઉં ધાર ગંગા કી પહાડ કો,
મૈં એક દાને સે દીખા દૂં ફોડ ભાડ કો;
કોઈ બચે ન શત્રુ ઐસી ખડ્ગ ચલાઉ,
તબ મૈં યથાર્થ હી શિવાજી વીર કહાઉ. ૫

૯૨—હર હર મહાદેવ

(ચાકન દુર્ગ જીતને કે લિયે શિવાજી મહારાજ કા ચારણ મહારાષ્ટ્ર સિપાહિયો કો ઉત્સાહિત કરતા હૈ ઔર સૈનિકગણ ઉસકા પ્રત્યુત્તર દેતે હૈં.)

ચારણ—

ચાકન કે ઉત્તુંગ કિલેપર શત્રુ-પતાકા ફહરાઇ,
મહારાષ્ટ્રપર તુર્કીં દલ કી દીખ રહી હૈ પ્રભુતાઇ;
ઉઠો રાષ્ટ્ર કે ઉદ્ભટ વીરો સુત દાગ કા મોહ તજો,
છુરા વ્યાઘ્રનખ ખડ્ગ તીર સે વીર બાંકુરે પ્રણ સજો. ૧

સૈનિકગણઃ–

રાષ્ટ્ર હમારા ઘર હૈ, ઇસકે પહરેદાર સિપાહી હમ,
સોચ સમઝકર રખના ઇસમેં તુર્કોં કે એ ભૂપ! કદમ;
આતે હૈં હમ ચાકન પર સે યવની ધ્વજા ગિરાને કો,
માતૃ–ભૂમિ કી છાતી પર સે તેરા કદમ હટાને કો. ૨
મહાકાલ ઉસ રુદ્રમૂર્તિ કી શક્તિ હમારી માતા હૈ,
મહારાષ્ટ્ર કી દિવ્ય દેવતા તન મન ધન કી ત્રાતા હૈ;
ગોબ્રાહ્મણહિત છોડ પ્રાણ હમ ધર્મધ્વજા ફહરાયેંગે,
ખડ્ગવજ્ર સે શત્રુશૈલ કા મસ્તક તોડ ગિરાયેંગે. ૩
જીયે દેવતા જીજીબાઇ પૂર્વ દિશાસી કાન્તિમયી,
જુગજુગ જિયે શિવાજી ભાસ્કર જિનકી જ્વાલા તેજમયી;
કિરણ સદૃશ હમ ઘિર જાયેંગે દિશા દિશામેં ફૈલેંગે,
માર માર કર તુર્કોંકો હમ પૈરોં તલે મસલ દેંગે. ૪
ચઢે ચલો બાદલ સે વીરો તોરણ કે ચહું ઓર ઘિરો,
ઉમડ ઘુમડ કર બેહદ બરસો ટૂટ ટૂટ કર ખૂબ કરો;
માતા કા સ્તનપાન કિયા હૈ ઉસે ન બટ્ટા લગ જાયે,
છત્રપતિ કા માન બઢે જગ મેં શુભ ડંકા બજ જાયે. ૫
મહારાષ્ટ્ર કી આન રહેગી ગોબ્રાહ્મણ રક્ષિત હોંગે,
તુર્કી દલ કી રુધિરનદી મેં વીર ચરણ વિપ્લુત હોંગે;
હિન્દૂપન કી લાજ બચેગી દેવાલય સજ જાયેંગે,
હોંગે હમ સ્વાધીન આજ યોં વીરમૃત્યુ કો પાયેંગે. ૬

હર હર મહાદેવ

———o———

૯૩—આનંદસાગર બ્રહ્મની આરાધના

આનંદસાગર બ્રહ્મ આરાધીએ, એવું વેદવચન નિર્ધાર જો;
આનંદમાંથી સૌ જગ ઉપજે, જીવે આનંદે સંસાર જો. આ૦ ૧

અંતે આનંદમાં સરવે સમે, તે આનંદ અચલ કે'વાય જો;
અણુ ને આદિ તે બ્રહ્મા લગી,સૌમાં સરખો આનંદ થાય જો. આ૦ ૨

આનંદ વિષયોમાં જે કો કહે, તેને ગુરુની ગમ ના હોય જો;
જડ વિષયોમાં આનંદ ના રહે,આનંદ ચૈતન્યમધ્યે જોય જો. આ૦ ૩

વિષયવિષે જે આનંદ થાય છે, તેનો જોજો કરી વિચાર જો;
ભમતી વૃત્તિ હોય છે જીવની, દેખી વિષય ઠરે છે ઠાર જો;
તેમાં પડે પ્રતિબિંબ બ્રહ્મનું, તેમાં છે આનંદ નિર્ધાર જો. આ૦ ૪

સૂકાં અસ્થિ વિષે જ્યમ શ્વાનને, ખાતાં મુખનું લોહી લપટાય જો;
ત્યમ ત્યમ ખાય ઘણું ખાંતે કરી,કારણ પોતે ના ઓળખાય જો. આ૦ ૫

એમ વિષયમાં આનંદ જે કહે, તે નર શ્વાનસમા કહેવાય જો,
વિષયો નિદ્રામાં રહેતા નથી,પણ આનંદનો અનુભવ થાય જો.આ૦ ૬

એથી સહજ સમાધીને વિષે, ઉપજે આનંદ કેરા ઓધ જો;
એવો અક્ષય આનંદ માણવા,સદાય કરવો સાચો જોગ જો. આ૦ ૭

આનંદ વિષયોનો સઘળે વદે, ઇન્દ્રાદિક અજપદ કૈલાસ જો;
છોટમ બ્રહ્માનંદ જેને મળ્યો, તે તો ન કરે કોઇની આશ જો. આ૦ ૮

૯૪–સૌ છે એનું એ.

(લેખકઃ–કલ્યાણજી વિઠ્ઠલભાઈ મહેતા)

અંજની ગીત

દેશતણા દીવા પ્રગટાવ્યા, દેશમહીં હીરા નીપજાવ્યા;
અણમૂલાં રત્નો કંઇ દીધાં, માતા એની એ.

રામ અને દેવાંશી કૃષ્ણ, સતવ્રતધારી હરિશ્ચંદ્ર;
સતી સીતાને દમયંતીની, જનની એની એ.

શંકર ગઉતમ ને ગઉરાંગ, નાનક વીર વિવેકાનંદ;
ધરમપ્રચારક ભક્તવરોની, ભૂમિ એની એ.

વીર પ્રતાપ પૃથુ શિવાજી, ચાંદબીબી ને લક્ષ્મી જેવી;
યુદ્ધવિશારદ વીર દેવીની, જન્મભૂમિ તે એ.

શિયળનો શણગાર સજીને, જોહરવ્રતમાં પ્રેમ ધરીને;
બળતી બાળા ભડભડ ચેતે, જન્મભૂમિ તે એ.

ફરે ન પાછી પાની સ્વામી, સુંદરીના સૌંદર્યે મોહી;
ક્ષત્રાણીઓ ભેટ ધરંતી, નિજ શિરની તે એ.

દાદા ને સુરેન્દ્ર સરીખા, ગાંધી ને ગોપાળ સમાણા;
દેશભક્તનાં કીધાં લ્હાણાં, દાતા એની એ.

રે! ગૌરવ સૌ નષ્ટ થશે શું ? સુર ઇતિહાસો લુપ્ત થશે શું ?
ઉઠો, જાગો, પ્રાપ્ત કરોને, સૌ છે એનું એ.

૯૫–ગૃહદેવીઓનું મંગળ ગીત

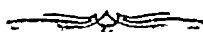
(લેખક—નર્મદાશંકર બાલાશંકર પંડયા)

અમે સ્નેહ ને સૌજન્યકેરી દેવીઓ રે લોલ,
અમે સ્વર્ગથી સંસારતટે ઉતર્યાં રે લોલ.
અમે શાન્તિ ને આનંદ બધે રેલીએ રે લોલ;
અમ હાસ્યમાં તો તેજના અંબાર છે રે લોલ.
અમે વાણીથી સ્વર્ગસુધા રેડીએ રે લોલ;
અમ નેણમાંથી પ્રેમની ધારા ઝરે રે લોલ.
અમે ધાત્રીઓ સંસારની કહેવાઈએ રે લોલ;
અમે વીર કાંઇ ઉછંગમાં હુલાવીએ રે લોલ.
અમ ઉરથી અમૃતની શેરો ઝરે રે લોલ;
અમી પાઇને દેવાંશીઓ ઉછેરીએ રે લોલ
અમે વિશ્વના સંતાપ સર્વ ફેડીએ રે લોલ;
તપ્યા માનવીને છાંય શીળી આપીએ રે લોલ.
દુ:ખી માનવીનું શિર અંક રાખીએ રે લોલ,
અમે ઉતર્યાં રોતાંનાં આંસુ લૂછવા રે લોલ.
અમ હાસ્યથકી શોભતો સંસાર છે રે લોલ;
અમે વિશ્વમાં સૌન્દર્યના અવતારશાં રે લોલ.
અમે કાન્તની માનીતી ગૃહદેવીઓ રે લોલ,
અમે રાજી તો પ્રભુ સદા પ્રસન્ન છે રે લોલ
અમે સ્વર્ગને સંસારમાં ઉતારીએ રે લોલ,
અમે સ્નેહ ને સૌજન્ય કેરી દેવીઓ રે લોલ.

૯૬—કહાં હૈ વીર શેર શિવરાજ?

(લેખક—કવિ શ્રી હરિશંકર શર્મા)

દેખ. દીનતા આર્યજાતિ કી, હોતા દુઃખ મહાન!
સંકટ સહ સહ સિસક રહી હૈ, હા! હા!! ઋષિસંતાન!
નષ્ટ હો ગયે સભી સુખ—સાજ
કહાં હૈ વીર શેર શિવરાજ?
ગાય, વિપ્ર, અબલાઓંપર હા! હોતે અત્યાચાર!
વીર કહાનેવાલે કાયર, સોયે પાંવ પસાર!
બચાવે કૌન આજ હો લાજ?
કહાં હૈ વીર શેર શિવરાજ?
દૂધ, દહીં, પટ, અન્નાદિક સે ભરે રહે ભંડાર,
પર અબ ટુકડે, ઔર ચીથડે તક કો હૈ લાચાર;
બન ગયે ઔરોં કે મહતાજ
કહાં હૈ વીર શેર શિવરાજ?
કિસી સમય જગતીપર જિનકા દમકા દિવ્ય દિનેશ,
આજ વીર બનને કી ક્ષમતા રહી ન ઉનમેં શેષ;
કહો ફિર કૌન કહે સરતાજ
કહાં હૈ વીર શેર શિવરાજ?
મંદિર, મૂર્તિ, મઠોંપર ફિર સે હોને લગે પ્રહાર,
ચોટી ઔર જનેઉ બચના હુવા હાય! દુરવાર;
પુકારે પીડિત પડા સમાજ
કહાં હૈ વીર શેર શિવરાજ?



उत्तम अने सस्तुं साहित्य

અતિ ઉત્તમ ધાર્મિક ગ્રંથો

ગ્રંથનું નામ	પૃષ્ઠ	કદ ઇંચ	મૂલ્ય
સંપૂર્ણ મહાભારત–શુદ્ધ ગુજરાતી ભાષાંતર	૫૨૦૦	૬॥।x૧૦	૩૬)
શ્રીવાલ્મીકિ રામાયણ–૩૨ ચિત્રોસાથે......	૧૩૨૦	૬॥।x૧૦	૬)
તુલસીકૃત રામાયણ–૪૦ ચિત્રોસાથે	૧૩૫૦	,,	૬)
મહાભારતનું શાંતિપર્વ–નવી આવૃત્તિ......	૯૦૦	,,	૫)
ગિરધરકૃત શુદ્ધ રામાયણ	૭૮૪	૫॥।x૯	૨।
અખાની વાણી–મનહરપદ સાથે	૫૦૦	૫x૮	૧॥
પ્રીતમની વાણી–સર્વથી મોટો સંગ્રહ......	૪૨૦	૫x૯	૧॥
છોટમની વાણી–ગ્રંથ ૧ લો.	૨૬૪	,,	૧)
છોટમની વાણી–ગ્રંથ ૨ જો તથા ત્રીજો છપાય છે. સત્વર બહાર પડશે.			
ધર્મતત્ત્વ–બંકિમચરિત્રસાથે	૨૪૮	૫॥x૮	૦॥
યોગતત્ત્વ	૩૮૪	,,	૧।
શ્રીયોગવાસિષ્ઠ–મહારામાયણ બે ભાગમાં..	૧૬૦૦	૬॥।x૧૦	૧૦)
મહાભારતનાં આદિ અને સભાપર્વ(૧લી આવૃત્તિ)	૬૦૦	૬॥।x૧૦	૨)
શ્રીદાસબોધ–નવી આવૃત્તિ	૬૨૦	૫॥x૮	૨॥
શ્રીજ્ઞાનેશ્વરી ભગવદ્ગીતા–નવી આવૃત્તિ ...	૭૦૦	૫॥।x૯	૨॥।
શ્રીભગવતી ભાગવત–ઉત્તમ ભાષાંતર ...	૮૬૪	૬॥।x૧૦	૪॥
શ્રીમદ્ભાગવત–ઉત્તમ ભાષાંતર...	૧૫૦૦	૮x૧૧	૫)
શ્રીરામકૃષ્ણકથામૃત–બન્ને ભાગ ભેગા	૬૫૦	૫।x૮	૨॥
સ્વામી રામતીર્થ–ગ્રંથ ૧ લો–ભાગ ૧ થી ૫	૫૮૦	,,	૨)
,, ,, ગ્રંથ ૨ જો–ભાગ ૬ થી ૯	૬૮૦	૫॥।x૮।	૨।
,, ,, ગ્રંથ ૩ જો–ભાગ ૧૦–૧૧	૫૨૮	૫।x૮	૨)
,, ,,			

,, ,, ગ્રંથ ૪ થો–ભાગ ૧૨–૧૩ ૬૪૦ પાાા×૮ા ૨)

સ્વામી વિવેકાનંદ ગ્રથ ૧ લો–ભા ૧–૨–૩ ૫૭૫ પાાા×૮ ૨ા

,, ,, ગ્રથ ૨ જો–ભા. ૪–૫.. ૬૦૦ ,, ૨ા

,, ,, ભાગ ૬ થી ૮ નોખા ... ૧૦૦૦ ૫×૬ાાા ૩ા

,, ,, ભાગ ૯ મો–સંપૂર્ણ ચરિત્ર ૭૪૦ ૫×૬ાાા ૨ાા

,, ,, ભાગ ૧૦ મો–રાજયોગ... ૩૦૦ ,, ૧ા

શ્રીભક્તચરિત્ર અથવા **ભક્તિરસામૃત** ... ૪૦૮ ૫×૯ ૧ાા

શ્રીભજનસાગર–નવી આવૃત્તિ... ... ... ૨૦૦ ૫×૮ ૦ાા–

સ્વર્ગનું વિમાન ... ... ૩૮૪ ૫×૯ ૧ા≈

સ્વર્ગની કુંચી ... . ૩૭૮ ૫×૯ ૧ા≈

સ્વર્ગનો ખજાનો... ... ... ૩૨૪ ,, ૧ા≈

સ્વર્ગનો પ્રકાશ ... ... ૩૩૬ ,, ૧ા≈

ભગવદ્ગીતા–ગુજરાતી ટીકાસહિત નવી આવૃત્તિ છપાય છે.

ભગવદ્ગીતા–મરાઠી કે હિંદી ટીકાસહિત... ૨૩૦ ૩ાા×૫ાા ૦ા

ભગવદ્ગીતા–મૂલમાત્ર–મધ્યમ તથા મોટા અક્ષરમા ૦ા અને ૦ાા

પંચરત્નગીતા–મૂલમાત્ર–નાના, મધ્યમ તથા મોટા અક્ષરમાં ૦ા, ૦ા≈, ૦ાાા

મહાભારત અને રામાયણ–વિષે વિચારો ... ૨૦૦ ૬ાા×૧૦ ૦ાા≈

શ્રીમહાભારત વિષે–જાણવા જોગ વિચારો ... ૩૨૮ " ૧ાા

ઉત્સાહ અને ચેતનાપ્રેરક પુસ્તકો

શુભસંગ્રહ–ભાગ ૧ લો... ... ... ૧૯૨ ૫×૬ાાા ૦ા

શુભસંગ્રહ–ભાગ ૨ જો.. . . .. ૭૦૦ ૬ાા×૧૦ ૨ાા

શુભસંગ્રહ–ભાગ ૩ જો છપાય છે. સત્વર બહાર પડશે.

આગળધસો... ... ... ૪૬૮ ૫×૯ ૧ાા

આદર્શ દૃષ્ટાંતમાળા–ભાગ ૧ લો ... .. ૩૩૬ પાા×૮ ૧)≈

,, ,, ભાગ ૨ જો ... ... ૩૯૨ ,, ૧ા

બંકિમનિબંધમાળા–ધર્મતત્ત્વસાથે ., .. ૫૯૦ પાા×૮ ૧ાા

ભાગ્યના સૃષ્ટાઓ (સાદું પૂંઠું) … …	૭૨૦	૫×૬।।।	૧।
સુખ, સામર્થ્ય અને સમૃદ્ધિ … … ..	૫૫૨	,,	૧।

ઇતિહાસ અને વૈદકસંબંધી ઉપયોગી પુસ્તકો

રાજસ્થાનનો ઇતિહાસ–બે મોટા ગ્રંથોમા …	૧૫૩૦	૬।।।×૧૦	૧૦)
આર્યભિષક્ અથવા હિંદનો વૈદ્યરાજ …	૭૦૦	૬।।।×૧૦	૪)
આરોગ્યવિષે સામાન્ય જ્ઞાન–ગાંધીજીકૃત …	૧૪૦	૫×૬।	૦।=

બોધદાયક ઉત્તમ જીવનચરિત્રો

દાનવીર કાર્નેગી … … … … …	૪૦૦	૫।×૮	૧।।
શ્રીભક્તચરિત્ર … … … .. …	૪૦૮	૫×૯	૧।।
મુસ્લીમ મહાત્માઓ … .. … …	૫૯૨	૫।।।×૮।	૧।।।
કાઉન્ટ ટૉલ્સ્ટૉયનું જીવનચરિત્ર… … …	૬૨૦	૫।।×૯	૨।।
મહાન નેપોલિયન બોનાપાર્ટ … …	૮૪૦	૫।।×૮	૩)
સ્વામી રામતીર્થની જીવનકથા … …	૬૪૦	,,	૨)
સ્વામી વિવેકાનંદનું સંપૂર્ણ જીવનચરિત્ર ·	૭૪૦	૫×૬।।।	૨।।
મહાન સમ્રાટ્ અકબર .. .. …	૩૫૨	૫।।×૮।	૧।
શ્રી શિવાજી છત્રપતિ .. … … ..	૫૨૮	૫।।।×૯	૨।
વીર દુર્ગાદાસ… .. .. .. … ..	૨૪૦	૫।×૭।	૦।।।

ભારતનાં સ્ત્રીરત્નો–ગ્રંથ ૧ લો … ૨૧૦૦ ૫।।।×૮। ૬)
,, ,, ગ્રંથ ૨ જો
,, ,, ગ્રંથ ૩ જો
છુટક દરેક ભાગના ૩ રા।।

સ્ત્રીઓ તથા પુરુષોમાટે બોધપ્રદ વાર્તાઓ

ટુંકીવાર્તાઓ–ભાગ ૧ થી ૪ ભેગા … ..	૬૦૦	૫×૯	૨)
ટુંકીવાર્તાઓ–ભાગ ૫ મો. ૨૮ માસાિક વાતો	૩૦૪	૫×૬।।।	૦।।।–
ટુંકીવાર્તાઓ–ભાગ ૬ ઠ્ઠો–બોધપ્રદ ૩૭ વાતો ..	૩૬૦	,,	૧)
ટુંકીવાર્તાઓ–ભાગ ૭ મો–અનેક વાતો …	૨૫૦	,,	૧।।

દરેક ઘરમાં તીજોરી

આપણા ચોરો હોશિયાર થવા લાગ્યા છે અને તીજોરીઓ ફાડવા માડી છે, એ સૌ કોઈ જાણે છે. એવા ચોરોની ચાલાકીથી બચવાને ગોદરેજે નવી જાતની પોતાની પેટંટ કરેલી શોધની ચોરના હથિયાર તેમજ આગ સામે ટકે એવી તીજોરીઓ બનાવવા માડી છે. એ તીજોરી માપમા ૧૪ ઇંચ ઉંચી, ૧૮ ઈંચ પહોળી અને ૧૫ ઈંચ ઉડી છે. ચોર તેમજ આગસામે ટકે એવી હોવા છતા કિંમત ફક્ત રૂ. ૯૦) છે. દરેક ઘરમાં વપરાય એવા હેતુથી મોટી સંખ્યામા બનાવવામાં આવી છે અને તે કારણે નાની કિંમતે વેચી શકાય છે. એ તીજોરી કબાટની અંદર રાખી શકાય એવી છે એ તીજોરીઓ તેમજ **હાલમાં બનાવવા માંડેલી** પેટંટ **કરેલી શોધની મોટી** સાડા છ **ફુટ ઉંચી** બે **દરવાજાની શોભાયમાન લોખંડની કબાટ** જોનાર કોઈકજ એવા હોય છે કે જે ખરીદવાનું મન કરે નહિ.

ગોદરેજનું કારખાનું { કારખાનું—ગેસ કંપની પાસે-પરેલ-મુંબઈ / દુકાન—વિઠ્ઠલવાડીના નાકે-કાલબાદેવી

ગોદરેજના શુદ્ધ તેલના નંબર ૩ વાળા નવા અને સસ્તા

નહાવાના સાબુ

ત્રણ મોટી ગોટીના બૉક્સના ૧૦ આના આ નંબર ૩ વાળા સાબુ પણ નબર ૧ અને ૨ વાળા સાબુની માફક શુદ્ધ તેલના બને છે અને કોઇ પણ જાતના ભળ વિનાના હોય છે.

નંબર ૧ અને ૨ મા લોબાનનો અર્ક વગેરે નાખવામા આવે છે તેથી તે મોઘા હોય છે.

નબર ૩ મા તેવું કશું નહિ હોવાથી સસ્તા હોય છે.

એસ્પ્લેનેડ રોડ, કોટ, મુંબઇ } સોલ એજન્ટ નાદરશાહ પ્રિન્ટર એન્ડ કંપની.